

DYAL SINGH PUBLIC LIBRARY
ROUSE AVENUE,
NEW DELHI-1

یہ کتاب

سولہ طریقوں سے آپ کی مدد کرتی ہے

- ۱۔ آپ کو متعدد عملی اور آزمودہ اصول پیش کرتی ہے جن کے ذریعے آپ اپنی پریشانیوں اور تفکرات کے مسائل حل کر سکتے ہیں۔
- ۲۔ آپ کو ایسے طریقے بتاتی ہے جن سے آپ اپنی کامیابی پریشانیوں میں فی الفور پیچاس فی صدی تک تخفیف کر سکتے ہیں۔
- ۳۔ سات طریقوں میں سے ایسا ذہنی رویہ اختیار کرنے میں آپ کی مدد کرتی ہے جس سے آپ سکون اور راحت حاصل کر سکتے ہیں۔
- ۴۔ مالی پریشانیوں سے نجات پانے کے ترکیب و اصول بتاتی ہے۔
- ۵۔ ایک ایسے قانون کی وضاحت کرتی ہے جس سے آپ اپنی ہمت سی پرستانہ اور فکری دور کر سکتے ہیں۔
- ۶۔ آپ کو تنقید اور محنت چلنی سے فائدہ اٹھانے کی ترکیب سکھاتی ہے۔
- ۷۔ ایسے اصول اور طریقے پیش کرتی ہے جن پر عمل کر کے خانہ داری کا کام کاج کمزوری خواتین مکان اور سستی سے محفوظ رکھ سکتی ہیں اور اپنی محنت اور خواب کو برقرار رکھ سکتی ہیں۔
- ۸۔ ایسی چار عملی عادتیں اختیار کرنے کی مدد دیتی ہے جو مکان پریشانی اور غم کو دور کرنے میں مدد و معاون ثابت ہو سکتی ہیں۔

۹۔ ایک ایسی ترکیب بتاتی ہے جس سے آپ اپنی کامیابی زندگی کی سعادتیں روزانہ ایک گھنٹے کا اضافہ کر سکتے ہیں۔

۱۰۔ آپ کے ذاتی توازن کو درہم برہم ہونے سے روکنے کا طریقہ بتاتا ہے۔

۱۱۔ سدھروہ کی زندگی سے ایسے پسیوں مرد عورتوں کی کہانیاں پیش کی گئی ہیں جو خود اپنی زبانی یہ بتاتے ہیں کہ وہ اپنی پریشانیوں اور فکروں پر کیسے غالب آئے اور نئے سمر سے زندگی کا آغاز کیا۔

۱۲۔ عملی نفسیات کے مشہور ماہر ڈاکٹر الفریڈ ایڈلر کا نسخہ بیان کیا گیا ہے جس سے خودہ بین کے اندر باغیوں کا علاج ہو سکتا ہے

۱۳۔ مشہور عالم طبیب سرلیم آسکر کے انھیں الفاظ پیش کئے گئے ہیں جو پریشانیوں اور غموں کو دور کرنے میں بے حد مدد ہیں۔

۱۴۔ ایئر کنڈیشننگ کی صنعت کی داغ بیل ڈالنے اور اس کو فروغ دینے والے امریکہ کے مشہور نا بھینس کیریئر کے تین بنیادی فلسفاتی اصول درج کئے گئے ہیں جن کے ذریعے وہ اپنی پریشانیوں اور فکروں پر غالب آتے ہیں۔

۱۵۔ عملی نفسیات کے بانی اور امریکہ کے مشہور نفسی ویم جیمز کا تمام غموں کا واحد علاج بتاتی ہے

۱۶۔ یہ کتاب آپ کو بتاتی ہے کہ آسٹریلیائی سٹریٹس پر گزرتا شریو یارک ٹائمز ہر برٹا کینز

ساتھ دیکھ کر بلیا یونیورسٹی آرڈو نے میڈجیر میں پورڈ آف ہائر ایجوکیشن نیویارک

شہر۔ جیک۔ ڈیمپسی۔ کوئی میک۔ رابرٹس۔ امیر ایجوکیشنل فورڈ ڈیٹال

ادھر تفریح۔ کیمپنی۔ اور جان وی راک نیلر جیسے مشہور لوگوں نے اپنی پریشانیوں

اور فکروں سے کیسے نجات پائی؟

پریشان ہونا چھوڑیے جدیدنا شروع کیجئے

مصنف :- ڈیل کارینگی

مترجم :- شاہد حمید

آزاد بک ڈپو۔ دہلی

HOW TO STOP WORRYING AND START LIVING,

قیمت : بارہ روپے

Rs. 12

ترتیب

مصنف کا دیباچہ — یہ کتاب کیسے لکھی گئی اور کیوں؟

حصہ اول

چند بنیادی حقائق ۱۷

۱۔ اردو بے تیراز ماندہ ۹۱

۲۔ ایک طلسمی کلید، ۳۲

۳۔ پریشانی کے نتائج، ۴۱

حصہ دوم

پریشانیوں کا تجزیہ کرنے کی بنیادی تکنیک ۵۸

۴۔ پریشانیوں کا تجزیہ اور تحلیل، ۵۰

۵۔ بچی کی صفی کا ردی کاروباری پریشانات دور کرنے کا طریقہ، ۶۸

اس کتاب سے زیادہ سے زیادہ فائدہ اٹھانے کے لئے نو تجویزیں، ۷۵

حصہ سوم

پریشان ہونے کی عادت چھوڑنے کے طریقے، ۸۰

۶۔ ذہنی پریشانیوں، ۸۰

۷۔ معمولی اور ادنیٰ باتوں کے اثرات، ۹۳

۸۔ قانون اہمیت والی، ۱۰۱

۹۔ ناگزیر سے تعاون، ۱۱۰

۱۰۔ خسارہ روک، رسول، ۱۲۳

۱۱۔ گذشتہ را صلوة.....، ۱۳۲

حصہ چہارم ۱۴۱

پیشانیوں اور ذہنی رویہ

۱۲۔ خیالات کی اہمیت، ۱۳۲

۱۳۔ نفرت اور انتقام، ۱۵۹

۱۴۔ احسان شناسی، ۱۷۰

۱۵۔ رحمت یا رحمت، ۱۷۹

۱۶۔ خود شناسی، ۱۸۸

۱۷۔ منفی اور مثبت، ۱۹۸

۱۸۔ خدمت اور ایثار، ۲۰۸

حصہ پنجم

ایک نہری اصول، ۲۲۹

۱۹۔ ایمان و مذہب، ۲۲۱

حصہ ششم

تنقید اور نکتہ چینی، ۲۵۷

۲۰۔ نامناسب نکتہ چینی، ۲۵۷

۲۱۔ نکتہ چینی سے اغماض، ۲۶۲

۲۲۔ اپنا احتساب، ۲۶۷

حصہ ہفتم

تکوان اور پریشانی، ۲۷۷

۲۳۔ آرام اور تکوان، ۲۷۷

۲۴۔ تفریح اور آرام، ۲۸۳

۲۵۔ غربت کی خوبصورتی کاران، ۲۹۰

۲۶۔ چار سفید دھاتی، ۹، ۲۹۷

۲۷۔ بوریت، ۲۸، ۳۰۳

۲۸۔ بے خوابی، ۳۱۲

حصہ ہشتم

دل پسند کام ۳۲۵

۲۹۔ آپ کی زندگی کا اہم فیصلہ، ۳۱۷

حصہ نهم

مال مشکلات - ۳۳۷

۳۰۔ آپ کی پچھتر فی صدی پریشانی، ۳۲۹

حصہ دهم

یہ پریشانیوں پر کیسے غالب آیا؟ ۳۵۵

۳۱۔ (۱) میری چھ بڑی مشکلات، سی۔ آئی، بلیک۔ وڈ ۳۵۶

(۲) رجائیت پسند۔ روجو ڈبلیو۔ باب سن ۳۶۰

(۳) احساس کمتری۔ ایلمر ٹامسن ۳۶۲

(۴) بارغ بہشت، آر۔ سی۔ دی بروڈل ۳۶۸

(۵) پریشانی دھڑکنے کے پانچ طریقے ۳۷۳

(۶) میں نے کلام مقابل کیا۔ میں آج کا سنا جو بھی کر سکتی ہوں، ڈرو تھی ڈکس ۳۷۸

(۷) مجھے صبح تک زندہ رہنے کی بھی امید نہ تھی، جے۔ سی۔ پینی،

(۸) جسمانی ورزش کے اثرات۔ کرنل ایڈی ایگن، ۳۸۳

(۹) سقائے سے گریز، جم برڈسال، ۳۸۵

(۱۰) قوت بخش الفاظ ۳۸۷

- ۳۸۹ میں نے پاتال کو چھوڑا اور بچ گئی۔ ٹیڈ ایک سین ۳۸۹
- ۱۲) اپنی کھال میں مست، پرسی، آبیج، دھانگ، ۳۹۴
- ۱۳) اسپائی لائن "ژال اودری" ۳۹۵
- ۱۴) الہامی آواز: ای سیٹیل بوتل ۳۹۹
- ۱۵) ناگزیر سے تعاون، سوہم کر دانے، ۴۰۳
- ۱۶) میرا سخت ترین مخالف۔ پریشانی، جیک ڈیسی، ۴۰۸
- ۱۷) دعا کا اثر۔ "کیتھلین ہار" ۴۱۱
- ۱۸) تفریح اور آرام، کیمرن شرب، ۴۱۴
- ۱۹) امروز ہے تیرا زمانہ۔ ایورینڈ ولیم وڈ، ۴۱۹
- ۲۰) معروف رہو۔ ڈیل ہوا، ۴۲۳
- ۲۱) دقت زخموں کا مرہم ہے۔ لوئیس۔ ٹی۔ مان ٹینٹ جونیر، ۴۲۵
- ۲۲) بستر مرگ۔ جوزف۔ ایل ریان، ۴۲۸
- ۲۳) تین سہری احوال۔ ادرڈو سے ٹیڈ، ۴۳۱
- ۲۴) طویل زندگی کا راز۔ کوئی میک ۴۳۳
- ۲۴) ایک وقت میں ایک۔ جان ہومر، ۴۳۴
- ۲۵) سبز روشنی۔ جوزف۔ ایم۔ کوثر، ۴۳۸
- ۲۶) راک فیلز کی کہانی، ۴۴۲
- ۲۷) منشی معلومات کا کرشمہ، بی۔ آر۔ ویلیو، ۴۵۲
- ۲۸) جلد بازی کا نتیجہ۔ ڈال سمین، ۴۵۵
- ۲۹) مجنوں۔ مسز جان برگ، ۴۵۷
- ۳۰) حقائق سے گریز۔ فیئرک مولانا، ۴۶۰
- ۳۱) نیا اسلوب۔ کاتھرتن ڈال کوہن فارمر، ۴۶۴

مصنف کا

دیباچہ

یہ کتاب کیسے لکھی گئی — اور کیوں؟

آج سے پچیس سال قبل میں نیویارک کے انتہائی بڑھت پریشان اور غلین نوجوانوں
کی صف میں شامل تھا۔ اپنا پیٹ بھرنے کے لئے میں ٹرک بھیجے گا نہ خدا کیا کرتا تھا لیکن
میں اتنا بھی نہیں جانتا تھا کہ موٹر ٹرک چلتا کیسے ہے۔ اور نہ کبھی میرے دل میں یہ معلوم
کر سکی خواہش پیدا ہوئی کیونکہ مجھے اپنے ذریعہ معاش سے نفرت تھی۔ میں نے ویسٹ ففٹھ سٹریٹ
WEST FIFTH STREET میں ایک سستے کرائے والا کمرہ لے رکھا تھا اور کام
کا ج سے فارغ ہونے کے بعد اسی میں آکر لیٹ رہتا تھا مجھے اس کمرہ سے نفرت تھی میں اس کا ہر
پیر سے دور بھاگنا چاہتا تھا یہاں اتنے کیڑے اور پر مٹیاں تھیں مجھے اب تک یاد ہے کہ جب میں
صبح کی بوقت اپنے کمرے کھوٹی سے اُتارتا تو ان سے بھی کیڑے اور پر مٹیاں بھی نکلتے ہر جس طرف
معیان پلٹتا تھا کیڑے ہی کیڑے کھائی دیتے تھے۔ سختہ اور غلیظ مٹوں میں کھانا کھاتا تھا۔ مجھے ان
سے بھی نفرت تھی کیونکہ ایک تو یہاں سے کھانا کھا کر اکثر بیمار رہتا تھا، پھر یہاں بھی کیڑوں کی کوئی کمی تھی،

دل بھر عین پسینہ لگ کر نے کے بعد میٹھام کے وقت اپنے خاموش اور ویران کرے میں داخل ہوتا تو ہر طرف ادا اسی اور بے کیفی محیط ہوتی۔ سر چکرانے لگتا، مایوسی ملتی، فکر اور پریشانی کے جذبات مارے میں، ٹپل پیدا کر دیتے اور طبیعت ہر وقت بغاوت پر آمادہ رہتی، یوں معلوم ہوتا تھا کہ زمانہ طالع ملی میں سین اور خوشگوار زندگی کے متعلق جو دمپسپ اور پر لطف خواب دکھاتا تھا۔ انکی بھیا نک اور ڈراؤنی تصویر نے اپنے خوفناک بخول میں اسیر کر لیا ہے۔ سوچنا تھا کہ زندگی اسی کا نام ہے؟ یہی محرک حیات ہے جسے سر کرنے کیلئے میں اسقدر مقید اور رہنا تھا۔ کیا جیسا ہی میل دہا رہے ہیں؟ کیا میری تقدیر اسی فیل پیشے، انہی کڑے سکورٹوں اور دھندے مستقبل کے لئے بنی ہے؟

طالب علمی کے زمانہ میں نے مطالعہ اور تصنیف تالیف کے بڑے بڑے منصوبے سوچے تھے لیکن اب اس کی تکمیل کے لئے نہ تو مجھے فرصت ملتی تھی نہ سکون و اطمینان میسر تھا۔ میں جانتا تھا کہ اگر میں اس پیشے کو ترک کر دوں جس سے مجھے نفرت ہے تو نادمہ ہی نادمہ ہے۔ مجھے دولت کمانے کی ہوس تھی لیکن زندگی سے اندوہ ہونے کی آرزو ضرور تھی میں تذبذب اور ہچکچاہٹ کی اس آخری حد پہنچ گیا تھا۔ جہاں پہنچ کر ہر فرد جوان کو عملی زندگی کی جلد دھند میں حصہ لینے کے لئے ایک قطعی اور آخری فیصلہ کرنا ہوتا ہے میں نے فیصلہ کر لیا اور اس فیصلہ نے میری زندگی کو یکسر مٹ چھینا۔ اور اس کا نتیجہ یہ ہوا کہ زندگی کے تین تیس سال نہایت اطمینان اور سکون بھر ہوئے ہیں اور مجھے ایسی روحانی لذت حاصل رہی ہے جو کبھی میرے ہم دکان میں بھی نہیں تھی۔ میرا فیصلہ یہ تھا کہ جس پیشے سے مجھے نفرت ہے، میں اس سے دست کش ہوتا ہوں۔ میں نے مسوری میں والٹسبرگ کے میٹھی ٹیچر زکلی میں چار سال تک تعلیمی کا تعلیم پائی ہے، بی بی بی بی بی بی بی۔ میں بالوں کو پٹھایا کروں گا اور اس سے جو آمدنی ہوگی اس سے اپنا گزارہ چلاؤں گا پھر مجھے کتا پیر پڑھنے، لیکچر تیار کرنے اور ناول اور کہانیاں لکھنے کے لئے ابھی وقت مل جائیگا کہ اندر میرا مسلک یہ ہوگا کہ زندہ رہنے کے لئے لکھو اور لکھنے کے لئے زندہ رہو۔

ابن سنیہ تھا کہ رات میں بالوں کو کونسا مھون پڑھایا کرول، میں نے اپنی تعلیم پر غور کیا اور اپنے ظلم اور معلومات کا جائزہ لیا۔ مجھے احساس ہوا کہ میں چیز نے کاروبار کی فراغت اور فیزیکی اشغال میں مجھے سبک دیا وہ فائدہ پہنچایا ہے، فنِ تفسیر میں میرا لگاؤ اور تجربہ ہے، اسی چیز نے میرے اندر جھجکاؤ اور عدم اعتماد کا جگہ جرات اور خود اعتمادی پیدا کر دی تھی، اسی وہ دونوں صفات ہیں کا نام اور ضروری ہیں۔ دوسروں سے تعلقات تھوڑا کر کے اور رابطہ پیدا کرنے میں یہ مفید عمل ثابت نہیں ہوتی بلکہ ناکارہ بھی ہیں اپنی کہ بدولت مجھے یہ حلوم ہوا کہ قیادت اسی کے قدم چومتی ہے۔ جو بے دھڑک اپنے خیالات کا اظہار کر سکتا ہے۔

یہی کولمبیا یونیورسٹی اور نیویارک یورسٹی میں رات کو "فنِ تفسیر" پڑھانے کی درخواستیں بھیجیں تھیں ان دونوں یونیورسٹیوں نے میری درخواست کو درخور اٹنڈانہ سمجھا کیونکہ وہ میری خدمات کے بغیر بھی اپنا کام چلا سکتی تھیں۔

ماہوں تو میں بہت ہراساں کیا اب یہی خداوند تعالیٰ کا سچے دل سے شکریہ ادا کرتا ہوں کہ میری درخواستیں منظور ہو گئیں۔ مجھے دائی۔ ایم۔ سی۔ اے کی جبینہ جماعتوں کو پڑھانے کی جگہ لگئی یہاں ٹھوکنے کا کام دیکھنا پڑتا ہے اور بھی فوراً۔ یہ بھی عجیب آزمائش تھی۔ بڑی عمر کے لوگ میری جماعتوں میں اس لئے نہیں آتے تھے کہ انہیں کامیابی میں اعزاز پانے کی ہوس تھی یا وہ سماج میں کوئی بلند مقام پانے کے خواہاں تھے۔ وہ یہاں اپنی دشواریوں کا حل ڈھونڈنے آتے تھے وہ چاہتے تھے کہ اگر انہیں تجارتی کمیٹیوں کے اجلاس میں شرکت کرنی پڑے تو وہ کھڑے ہو کر بے دھڑک اپنے خیالات کا اظہار کر سکیں۔ سین۔ مین کو اخلاقی جرأت کی ضرورت تھی تاکہ جب کہ اسے غلبہ العجب مقروض سے تقاضے کی ضرورت پڑے تو اسے پہلے اس کے مکان کا طوف کر کے اپنا دل مضبوط کرنے کی حاجت محسوس نہ ہو۔ اسے دم ختم، جرأت اور خود اعتمادی کا ضرورت تھی۔ یعنی لوگوں کی خواہش تھی کہ وہ اپنی تجارت کو فروغ دے سکیں۔ اور اپنی آمدنی میں اضافہ کر سکیں تاکہ ان کے اہل و عیال اطمینان اور آسودگی کا زندگی بسر کر سکیں۔ فیسیں

بالاتر ادا کی جاتی تھیں اور ہر لوگ بدلہ ہو جاتے تھے : ہر سکول آنا چھوڑ دیتے تھے اور
اتصال کا ادائیگی بند کر دیتے تھے۔ میری کوئی تخرابہ مقررہ تھی۔ فیسیں کی آمدنی کے تناسب
معاوضہ تھا۔ اس لئے پیٹ بوجھا کرنے کے لئے مجھے کھوس ملا تھا۔ دیکھنے پڑتے تھے۔
اس زمانے میں یہ اخیال تھا کہ اس سے تو میں سراسر خسارہ میں رہتا ہوں لیکن اب مجھے محسوس
ہوتا ہے کہ میری تربیت کا یہ زمانہ بے نظیر تھا۔ میرے ذمہ یہ خدمت لگائی گئی تھی کہ میں اپنے طلباء کے
دلوں میں غزم اور ارادہ پیدا کروں انہیں جوش اور انگلوں سے بھر دوں، امن کی مشکلات کو
حل کرنے میں مدد دوں اور ان میں اتنی دلچسپی پیدا کروں کہ وہ اپنی تعلیم کا سلسلہ جاری رکھیں اور
اسے توڑنے نہ پائیں۔

یہ کام بے حد دلولہ انگیز تھا۔ مجھے اس سے پیار تھا۔ لیکن بسا اوقات خود مجھے بھی حیرت
پھانکرتی تھی کہ کاروباری لوگ انہیں غور سے سوسے میں کس طرح خود اعتمادی یکہ لیتے ہیں، دراصل میں
اکڑھنڈ پیسوں میں اپنی تنخواہوں میں اضافہ کرنے اور ترقیاں پانے میں کامیاب ہو جاتے تھے۔
طلباء کی جماعتیں میری توقع سے کہیں بڑھ کر ترقی کر رہی تھیں اور تیسرے ایسیشن میں والی ایم
سی، اسے جو مجھے ایک رات کے پانچ ڈالرز پر بھی آمادہ نہیں تھا۔ اب منافع کے تناسب میں
ڈالرز نہ ادا کر رہا تھا۔ شروع شروع میں میں ان تقریریں سن کر پیرا کرنے کے متعلق تعلیم دیا کرتا تھا۔
لیکن وقت کے ساتھ ساتھ مجھے خیال پیدا ہونے لگا کہ ان بڑی عمر کے لوگوں کو اس اعتماد کی بھی ضرورت ہے،
کہ وہ دست کیسے بنائے جاسکتے ہیں اور وہ مردوں کو کیسے متاثر کیا جاسکتا ہے لیکن انسانی تعلقات کے موضوع
پر مجھے کوئی نوزوں اور ڈھب کی کتاب دستیاب نہ ہو سکی اس لئے مجھے خود کتاب لکھنی پڑی لیکن اس
کے لکھنے کا طریقہ ازلہ تھا۔ میں نے اپنے طلباء کے ذاتی تجربات کو اس بنا کر لکھا اور یہی تجربات نہ
رفتہ ایک مستقل تصنیف کی صورت اختیار کر گئے۔ میں نے اس کتاب کا نام دوست بنا کر دوسرے

کو شکر کرنے کے طریقے (HOW TO WIN FRIENDS AND INFLUENCE)

PEOPLE رکھا۔

اس کتاب کا بھی اردو ترجمہ چھپ چکا ہے۔

چونکہ یہ کتاب زیادہ تر میں نے اپنے بالغ طلباء کی جماعتوں کے لئے لکھی تھی، پھر میرا یہ بھی خیال تھا کہ جس طرح میری دوسری چار کتابوں کا عالم لوگوں نے نا اُبھی نہیں سنا، یہ بھی ایسے ہی غیر معمولی ہے گی اور زیادہ تعداد میں پک سکے گی لیکن توقعات کے برعکس یہ کتاب دھڑلے پر لکھی گئی اور آج غالباً میرے سوا کوئی بھی ایسا معترف نہیں ہو گا جسے اپنی کتابوں کی کثرت یا شہرت پر تعجب ہوتا ہو گا۔

امتداد زمانہ کے ساتھ ساتھ مجھے یہ بھی محسوس ہوا کہ بالعموم کے نزدیک ان کے انکار اور پریشانیوں کا سلسلہ اہم ترین ہے۔ ہالیوے طلباء میں بیشتر تعداد تجارت پیشہ لوگوں کی تھی ان میں منتظم کارکن سلیمن، بختیار، عباس وغیرہ سمیٹ کے آدمی تھے اور ان میں زیادہ تعداد ان لوگوں کی تھی جو کسی دیکھی طرح ذہنی مشکلات کے سائے ہوئے تھے پھر خازن دار و نوآین تھیں ان کی اپنی الگ مشکلات اور پریشانی تھیں ان کے لئے ایک ایسی کتاب کی ضرورت تھی جس کی مدد سے وہ اپنے تفکرات اور ذہنی مشکلات سے چھٹکارا حاصل کر سکیں۔ میں نے ہر جگہ اس کتاب کی تلاش کی نیویارک کے فینٹ ایونیو اور نارٹھ لیکنڈ سٹریٹ۔

FIFTH AVENUE AND FORTY. SECOND STREET N.Y.

دوسرے کتب خانے کے مشہور کتب خانے میں جا کر ڈھونڈا۔ اتنے تردد و دودھ پونے پا۔ جو مجھے صرف بائیس کتابیں ایسی ملیں جو میری پریشانی و افکار (WORRIES) کے مسائل اٹھائے گئے تھے۔ لیکن مجھے یہ کچھ کثرت تعجب ہوا کہ وہاں کیرے کوڑوں (WORMS) پر ایک سونوا کی کتابیں تھیں۔ یعنی کیرے کوڑوں پر لکھی گئی کتابوں کی تعداد نو دریشانی کی کتابوں سے دو گن زیادہ تھی۔ کیا یہ افوس کا مقام نہیں؟ پریشانیوں اور افکار ان کو گھٹن کی طرح کھائے جاتے ہیں اور سے چھٹکارا حاصل کرنا انسانی زندگی کا اہم ترین مسئلہ ہے اس لئے آپ کو مجھ سے اتفاق ہو گا کہ اہم ترین مسئلے سے نمٹنے کے لئے ہر کالج اور سکول میں تعلیم کا معقول انتظام ہونا چاہیے کہ وہ کردار پریشانی سے کیسے نجات حاصل کر سکتے ہیں۔ غالباً یہی وجہ ہے کہ ڈیوڈی بری (DAVID SEABURY) نے اپنی کتاب (HOW TO WORRY SUCCESSFULLY) میں لکھا ہے کہ میں جو فتنہ کو بچ کر دنیاوی تخریبات سے نمٹنے کی ہم می آتی ہی اہمیت ہوتی ہے جتنی کہ گرم کتابیں

بیٹے لڑیں کرنے کی؟

مقبوضہ ہمارے سپتالوں اور شفا خانوں میں نصف سے زیادہ بستر اعضا بنی اور جذباتی کامیابیوں کے مریضوں سے بھرے نظر آتے ہیں۔

میں نے فکر پریشانی پر یہ ہائیں کی ہائیں کشیدیں پڑھ لائیں، ان کے علاوہ اس موضوع کے متعلق جو کتاب مجھے ملی، میں نے وہ بھی خرید لی، لیکن ان میں ایک بھی ایسی نہ تھی جو میرے کسی کام آسکتی یا بالوں کی راہنمائی کر سکتی، چنانچہ ہمت کر کے میں نے خود ہی ایک کتاب لکھنے کا فیصلہ کر لیا۔

میں نے آٹھ سے سات سال قبل اس کتاب کو لکھنا شروع کیا تھا۔ اس دوران میں میں نے تمام ادارہ کے فلسفویاتی اُن مضامین کا مطالعہ کیا جن میں فکر پریشانی کا ذکر تھا، حکیم کینیڈیشس سے لے کر مشرق وسطیٰ تک ہزاروں مشاہیر عالم کے سوانح حیات پڑھا، زندگی کی مختلف شاہراہوں پر جو ستارے ہستیاں نظر آئیں، مثلاً جیک ڈبلیو سی، جنرل اممر برٹلے، جنرل مارک کلاک، ہنری فورڈ، ایلینور روز ویلٹ، ڈروئی ڈکسن وغیرہ، ان سے باتیں کیں، مگر یہ سب فوفی باتیں ہیں، میں نے اس کے علاوہ ایک کام اور کیا جو مطالعے اور ملاقاتوں سے بھی زیادہ اہم تھا، یعنی اپنی تعلیمی جماعتوں میں بالوں کے لئے بجائے خود ایک

کئے جذباتی (لیبارٹری) تھی مسلسل پانچ سال تک فکر پریشانی پر عادی ہونے کے نتائج کے متعلق خیال ہے کہ یہ لیبارٹری دنیا بھر میں اپنی قسم کی پہلی اور واحد چیز تھی یہاں کام کرنے کا یہ طریقہ تھا کہ طلباء کو انکار و تردید دور کرنے کے طریقے اور اصول بتائیے جاتے اور ان میں ان پچھل کی ہدایت کر دی جاتی، پھر خود متکبر ہوتے، انہیں کھانسنے پڑے کہ سننا دیا جاتا، پھر نہیں بلکہ خود طلباء کو اپنے طور پر جوابی معلوم ہوتی، وہ بھی بیان کی جاتی اور اس طرح ایک دوسرے کی معلومات میں اضافہ ہوتا رہتا۔

ان تجربات کی بناء پر میا میر دعویٰ کرے گا کہ دنیا میں فکر پریشانی کے تڑکے متعلق

کسی نے اتنی باتیں نہیں سنی ہوں گی جتنی کہ میں نے سنی ہیں، پھر میں نے اسی مضمون پر سینکڑوں
تحریریں لکھی ہیں جو امریکہ اور کینیڈا کے ایک سو ستر شہروں میں ہمارے جماعتوں میں پڑھی گئیں
اور ان پر لوگوں نے انعام بھی حاصل کئے۔ غرض یہ کتاب محض ہوائی خیالات اور گھڑی گھڑائی کا
کامجھوٹے نہیں اور نہ افکار و تردیدات و فح کرنے کے طریقوں اور اصولوں پر قیاسی شعاع کا دفتر
ہے اس کے برعکس میں نے اس کتاب میں بھیتے جاگتے انسانوں کی مختصر مگر جامع اور مختصر شہادتیں
جمع کی ہیں جن سے معلوم ہوگا کہ ہزاروں بالغ انسانوں نے اپنی پریشانیوں اور فکروں
سے کیسے چھٹکارا حاصل کیا۔ ایک بات قطعی وثوق سے کہی جاسکتی ہے کہ یہ کتاب عملی اعتبار سے
مفید اور کارآمد ثابت ہوگی اور آپ اسے پڑھ کر یقیناً تھوڑے بہت فرد در ستا فرمیں گے۔
مجھے یہ لکھتے ہوئے بڑی سُرّت ہو رہی ہے کہ اس کتاب میں کسی فرضی شخص کا ذکر نہیں کیا گیا
اور نہ کسی ایسے فرد کا حوالہ دیا گیا ہے جس کی آپ شناخت نہ کر سکیں۔ کتاب میں سب
لوگوں کے پورے نام اور پتے درج کر دیئے گئے ہیں، صرف چند نام ایسے ہیں جو محض عجوبوں
کی وجہ سے ظاہر نہیں کئے جاسکتے۔ اس میں شروع سے لے کر آخر تک حقائق جمع کر دیئے گئے
ہیں اور ان کی تائیدی شہادت کے لئے تجویزی دستاویزات موجود ہیں جن کی صحت اور
راستی کی پوری ذمہ داری لی جاسکتی ہے۔ کیونکہ وہ سب کہ سب مصدقہ ہیں۔

فرانس کے مشہور شاعر، ادیب، نقاد اور فلسفی پال والیری (PAUL VALERY)
کا قول ہے کہ کامیاب اور آزمودہ فنون کا نام سائنس ہے۔ یہ کتاب بھی نکر و پریشانی سے نجات
پانے کے کامیاب اور آزمودہ فنون کا مجموعہ ہے، تاہم ایک بات کہ مفاہمت ہے کہ فرد ہی ہے
کہ اس کتاب میں آپ کو کوئی نئی چیز نہیں ملے گی بلکہ ایسا باتیں فرد میں ملے گی جو پر کوئی عمل
نہیں کرتا جب تعقل اور عقل انگاری کی یہ حالت ہو تو پھر نئی باتیں دریافت کرنے کی خود
ہی کیا ہے، ہم پہلے ہی جان لے چکے جانتے ہیں کہ عقل اور بصیرت روزگاری کیسے بے بسی جاسکتی ہے ہم
دنیا جہاں کی باتیں پڑھ اور سن چکے ہیں مگر تاہم یقینیت اور حتمی کامیابی، بجز اس بات کے کہ

عمل نہیں! اس کتاب میں قدیم اور بنیادی حقائق ہی کو ٹوڑا اور دکھش افغان سے لے کر زمین پر میان کر دیا گیا ہے اور مثالوں کے ذریعہ ان کی وضاحت کر دی گئی ہے۔ کوشش یہی کی گئی ہے کہ پرانی باتوں میں نیا رنگ پیدا ہو جائے، باسی پھول تازہ خوشبو دینے لگیں اور بنیادی حقائق کی عظمت اور سرمدی پھر سے ابھر کئے تاکہ آپ کے دلوں میں کام کرنے کی خواہش پیدا ہو، آپ کے سینے اُننگوں سے بھر جائیں اور آپ فوراً عمل کرنے پر آمادہ ہو جائیں۔

مجھے یقین ہے کہ آپ اس کتاب کو اس لئے نہیں خریدیں گے کہ آپ اس سے مطالعہ سے یہ معلوم کر سکیں کہ یہ کبھی کیسے گئی تھی، بلکہ آپ تو عمل اور حرکت کے مشاغل ہیں، بہت خوب! ہمت کر کے اس کتاب کے پہلے پانچ باب پڑھ جائیے۔ اگر انھیں پڑھنے کے بعد بھی آپ کو اپنے اندر ایک نئی قوت کا احساس نہ ہو جس سے کہ آپ اپنے انکار و تردید پر غالب آسکیں اور آپ کے دل میں نئی زندگی کی امنگ نہ بھر جائے اور سببہ آتش سوزاں سے لبریز نہ ہو جائے تو اسے ردی کی ٹوکری میں پھینک دیجئے، کسی کبار ٹیٹے کی دکان پر دے آئیے، یہ کتاب آپ کے کام کی نہیں۔

ڈیل کارینگی

حصہ اول

چند بنیادی حقائق

باب :- امروزہ تیرا زمانہ ———

یہ اضمحلال کی بات ہے، موسم بہار پورے شباب پر تھا۔ ایک فوجوان نے اپنی مینر سے کتاب اٹھا لی اور اس میں تیس تیس الفاظ پڑھے جنہوں سے اس کے مستقبل پر گہرا اثر ڈالا۔ وہ فوجوان انڈیا میں جیل اسپتال میں طب کا طالب علم تھا اور وہ پریشان تھا۔ اس نے انگریز امتحان میں کیسے پاس ہو سکوں گا، پھر کیا کر لیں گا، کہاں جاؤں گا، کیسے پریکٹس چلاؤں گا اور کیسے وزیٹنگ کروں گا۔ اس نے طب کے اس طالب علم نے تیس تیس الفاظ پڑھے تھے جنہوں نے اسے اپنے زمانے کا مشہور ترین طبیب بننے میں مدد دی۔ اس نے شہرہ آفاق جانز ہاپکینز سکول آف میڈیسن کی تنظیم کی وہ آکسفورڈ یونیورسٹی میں طب کا ریگس پروفیسر مقرر ہوا۔ اور یہ ہندوستان میں اغوا ہے جو سلطنت برطانیہ میں ایک کسی شخص کو حاصل ہو سکتا ہے۔ شاہ انگلستان نے اسے "سر" کا خطاب دیا۔ اور جب اس کا انتقال ہوا تو ۶۶ صفحات پر

مشترک و مخیم جلدوں میں اس کی داستانِ حیات مرتب کی گئی۔
 اس کا نام سرولیم آسٹر تھا۔ اس کے موم بہاریں اس نے جوئیس الفاظ پڑھے تھے
 وہ ٹامس کارلائل کے تھے۔ ان الفاظ نے اسے پریشانی اور تفکرات سے نجات دلائی اور
 وہ الفاظ سدرجہ ذیل تھے: ”زندگی کا مقصد یہ دیکھنا نہیں کہ دور و عند ملکوں میں کیا نظر
 آتا ہے بلکہ جو سامنے موجود ہو اس سے سراپا بننا ہے۔“

بیاہیس سال بعد موم بہار کی ایک نرم و گداز شب کو جب کہ مرزا اروں میں گل لالہ پر
 سرخی و رعنائی چھائی ہوئی تھی اس آدمی — سرولیم آسٹر — نے بیل یونیورسٹی کے طلباء
 کے سامنے تقریر کرتے ہوئے کہا کہ مجھ جیسا آدمی جو چار یونیورسٹیوں میں پروفیسر رہ چکا ہو
 اور ایک مقبول غلام کتاب کا مصنف ہوئے کے تعلق یہ خیال کیا جاتا ہے کہ وہ مضموم
 اوصاف کے مانع کا مالک ہو گا۔ اس نے پُر زور الفاظ میں اس کی تردید کی اور کہا کہ میرے
 انتہائی عزیز اور قریبی دوست جانتے ہی کہ میرا دماغ بالکل اوسط طرز کا ہے۔
 پھولن کا میاں کارا کیا تھا؟ اس نے خود ہی وضاحت کرتے ہوئے کہا: ”اس کی وجہ

یہ ہے کہ میں دن روک کمروں میں رہتا ہوں۔“ اس سے کیا مطلب تھا؟ ہیل یونیورسٹی میں
 تقریر کرنے سے چند عرصے پیشتر سرولیم آسٹر نے ایک عظیم بھری جہاز پر بحر ادنیائوس عبور کیا تھا
 اس جہاز کا کپتان ”شرشہ“ جہاز پر کھڑے ہو کر ایک ٹن دبا دیتا، مشینری کھٹکھٹاتی اور آٹا خانہ
 جہاز کے مختلف حصے ایک دوسرے سے ملحدہ ہو جاتے اور پین روک کمروں میں تبدیلی ہوجاتے
 ڈاکٹر آسٹر نے بیل یونیورسٹی کے طلباء کو خطاب کرتے ہوئے کہا: ”تم میں سے ہر ایک اس عظیم
 دنیاوی جہاز سے کہیں بڑھ کر ایک عجیب و غریب مشین ہے اور زیادہ طویل سفر پر کامزن۔ جو
 بات میں تم پر واضح کرنا چاہتا ہوں وہ یہ ہے کہ تم اپنی مشینری کو اپنے اختیاریں لانا
 سیکھو کہ دن روک ڈوبوں میں رہ سکو جو کہ دورانِ سفر میں امن و سلامتی کے بہترین
 ضامن ہیں۔ عرشہ جہاز پر چڑھ کر حکم آتا اطمینانِ فردر کو کہ بڑی دیواریں تو مناسب کام

کمر بڑی ہیں۔ اپنی زندگی کے ہر موڑ پر تین دبا کر اطمینان کر لو کہ ماضی۔۔۔ مروجہ کل۔۔۔ کے آہستی دروازے بند ہو چکے ہیں اور ایک دوسرا مٹن دبا کر مستقبل۔۔۔ نازائیدہ کل کے آہستی پر دس گرادہ ادب پھر تم صبح سلامت ہو۔۔۔ آج کے لئے صبح سلامت۔۔۔ ماضی کو بند کرو، اگر طے مردوں کو دفن ہی رہنے دو۔۔۔ گزشتہ کل کو ذرا موش کر دو جس نے یہ وہو

ندم کے گرد آؤ اور تے پر لگا دیا۔۔۔ آئندہ کل کا بوجھ گزشتہ کل سے ٹا کر اگر آج اٹھا جائے تو مضبوط ترین انسان کے قدم بھی ٹنگ جائیں گے۔ مستقبل کو بھی اتنی ہی مضبوطی سے بند کر دو جس قدر مٹا کر کیا تھا۔ مستقبل آج ہے۔۔۔ فرد ایک خواب ہے۔ نجات آدم کا دن امروز ہے۔ جو شخص مستقبل کے متعلق بے قرار ہو۔ تفسیر تو زمینی تفکرات اور اعلیٰ بی پریشانیوں اس کے راستے میں رکاوٹ بن کر کھڑی ہو جائی گی۔۔۔۔۔۔ چنانچہ دیروز و فردا کی تنظیم دیواروں کو بند کر دو۔ دن روک کر روں میں رہنے کی عادت اختیار کرنے کے لئے تیار ہو جاؤ۔

کیا ڈاکٹر اس کی تصور کا یہ مطلب ہے کہ ہمیں مستقبل کے لئے تیار ہونے کی کوئی کوشش نہیں کرنی چاہیے؟ نہیں، ہرگز نہیں۔ لیکن اپنا اس تقریر میں انھوں نے یہ کہا تھا کہ "مستقبل کے لئے تیار ہونے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ ہم اپنی ساری ذہانت، وقت، توانائی اور جوش و خروش کو آج کے کام کو بہترین طریقے سے سر انجام دینے کے لئے صرف کر دینا چاہیے۔ یہی ایک اعلیٰ مقام کا طریقہ ہے جس سے ہم مستقبل کے لئے تیار ہو سکتے ہیں۔

سردیہ اسلر نے پہلی یونیورسٹی کے طلباء کو موثر انداز میں تلقین کی کہ اپنا دل کا کام سحر جیسی ٹکی اس دعا سے شروع کرو۔ اسے خدا بھول کے مطابق ہیں آج کی روٹی جسے۔

یاد رکھئے کہ دعا صرف آج کی روٹی مانگتی ہے۔ یہ باقی روٹی کے متعلق شکایت نہیں کرتی

لے	روانے کی یہ گردش جساد دان	حقیقت ایک تو باقی نہایت	اتصال
	کسی نے دوٹی دیکھا ہے نہ فردا	فقط امروز ہے تیرا زمانہ	

جو ہمیں کل کھائی پڑی تھی اور نہ کہتی ہے۔ اے خداوند! گندم کی فعلیں خشک سالی کا
شکار ہو گئی ہیں، اور ہمیں ایک بار پھر غلط کا خطرہ پڑ گیا ہے۔ اور پھر سردیوں میں ہمیں
کیسے کھائیں گا۔ اور یا اگر میری نوکری جاتی رہی تو پھر میں روٹی کہاں سے
مائل کروں گا؟

نہیں یہ دعا ہمیں صرف آج کی روٹی کے متعلق سوال کرنا سکھاتی ہے۔ آج کی روٹی ہی
صرف واحد روٹی ہے جو کہ آپ حتی الامکان کھا سکتے ہیں۔

کئی سال ہوئے ایک تلاش فلسفی کسی پتھر لیے ملک میں آوارہ گردی کر رہا تھا، جہاں
کے باشندوں کو روزی کمانے کے لئے خون پسینہ ایک کرنا پڑتا تھا، ایک دن کسی پہاڑی
پر بہت سے لوگ اس کے گرد جمع ہو گئے۔ ان نے ان کے سامنے ایک مختصر سی تقریر کی جو
آج تک ضرب المثل ہے۔ یہ تقریر صرف بائیس الفاظ پر مشتمل ہے اور صدیوں سے کانوں
میں گونج رہی ہے۔ کل کی کوئی فکر نہ کرو، وہ اپنی فکر آپ کرنے لگا۔ آپ کے لئے صرف
آج کی فکر کافی ہے۔“

بہت سے لوگ یسوع مسیح کے ان الفاظ کو فراموش کر چکے ہیں، بلکہ ان کی کوئی فکر نہ کر دے۔
انھوں نے ان الفاظ کو مشورہ تکمیل اور شرعی تصوف کا ایک حصہ درخوار اعتقاد نہیں سمجھا
”ہمیں کل کی ضرورت نہ کرنا چاہیے۔“ ان کا قول ہے۔ اپنے اہل و عیال کی ہمدردی۔ کسے تھے ہیں
بیمہ کرنا چاہیے، اپنے بڑھاپے کے لئے کچھ نہ کچھ روپیہ پس انداز کرنا چاہیے ہیں ترقی کرنے
اور آگے بڑھنے کے لئے تجویزیں سوچنے اور نیاریاں کرنی چاہئیں۔“
بہارِ شہاد: آپ کو ایسا ضرور کرنا چاہیے۔ آپ بڑی خوشی سے کل کی فکر کیجئے، تجویزیں
سوچئے، تیاریاں کیجئے، انہیں پریشانی اور تردد کی کیا ضرورت ہے۔

دوران جنگ میں ہمارے فوجی دہماؤں نے مستقبل کے متعلق تجویزیں سوچیں، لیکن ترقی
اور پریشانی ہونے کے لئے ان کے پاس کوئی وقت نہ تھا، یہ جتنا کہ مستعد، مرکب

کی بحری فوجوں کے کمانڈر ایسٹ لنک نے کہا: ہمارے پاس جو بہترین آدمی اور بہترین ساز و سامان تھا، وہ میں نے فراہم کر دیا ہے اور انھیں بہترین آدرش سے آگاہ کر دیا ہے۔ میں صرف یہی کچھ کر سکتا ہوں۔“

امیر البحر، لنک نے مزید کہا: اگر کوئی جہاز ڈوب جائے تو میں اسے واپس نہیں لا سکتا۔ اگر یہ ڈوب رہا ہے میں اسے بچا نہیں سکتا۔ میں انھیں ان کے متعلق پریشان ہونے کی بجائے مستقبل کے مسائل کے متعلق سوچنے پر اپنا وقت زیادہ اچھی طرح صرف کر سکتا ہوں۔ اگر میں ان چیزوں کے سامنے جھک جاؤں تو میں زندہ نہیں رہ سکوں گا۔

جوجہ، میرا ان اچھے اور برے سوچ بچار میں فرق یہ ہے کہ اچھا سوچ تو ہر مسئلہ اور نتیجہ کو پیش نظر رکھتا ہے اور غلطی اور تعمیر نقصان کی طرف رجحان کرتا ہے اس کے برعکس برا سوچ بچار اکثر اعتدال کی سمت کش اور شکست پر منتج ہوتا ہے۔ مجھے حال ہی میں شہور عالم اخبار نیویارک ٹائمز کے نامور ناشر ٹھومپسن برگر سے ملاقات کرنے کا موقع ملا، انھوں نے مجھے بتایا کہ جب یورپ میں دوسری جنگ عظیم کے شعلے بھڑک اٹھے تو میں مستقبل کے متعلق استغیر۔ ارسال اور پریشان ہوا کہ میرے لئے جی جبر کو سونا تعمیر بنانا ممکن ہو گیا۔ میں اکثر اوقات آدمی رات کی وقت بستہ رہے اٹھ کھڑا ہوتا۔ کینوس اور کچھ رنگ کے ڈبے لیتا، آئینے میں جھانکتا اور اپنی تصویر بنانے کی کوشش کرتا۔ میں مصوری کی الجھن سے بھی ناواقف تھا لیکن اپنی پریشانیوں سے پیڑ پھانے کے لئے کچھ نہ کچھ کوشش ضرور کرتا، لیکن پریشانیوں اور تنگیات کے سیاہ بادل ہمیشہ مجھ پر چھائے رہتے اور مجھے کہیں بھی راہ فرار نظر نہ آتی۔ ایک روز میں گرے میں گیا، وہاں میں نے مناجاتیں نہیں، ان کے الفاظ نے میری زندگی پر گہرا اثر ڈالا۔ کافی ہے میرے لئے ایک قدم

آگے چلا دھریاں روشنی.....
میرے پاؤں برقعہ دار رکھو تم۔ میں دیکھنے کے لئے نہیں کہتا دور کے

نظارے، کافی ہے میرے لئے ایک قدم۔
 تقریباً اسی زمانے میں وردی میں بموں ایک بموں ایک نوجوان بھی یورپ کے کسی
 ستارہ پر پہنچ گیا تھا اس کا نام ٹیڈنگرٹینو ہے اور جاتے رہا ۱۶ نومبر ۱۹۱۷ء کو بموں
 روڈ بالٹی مور میری لینڈ پر پڑا تھا اور ٹکڑوں نے اس کے جسم کو بالکل کھٹا ڈالا تھا۔
 ٹیڈنگرٹینو مجھے لکھتا ہے۔ اپریل ۱۹۲۵ء میں سخت پریشان اور مریض رہتا تھا یہاں
 تک کہ میری اندرونی آکٹوں میں دم ہو گیا۔ اور یہ دم شدید کم کا درد پیدا کرتا رہا۔
 اگر جنگ میں دقت نہ پیش نہ ہوتی ہے، محتم نہ ہوتی تو مجھے یقین ہے کہ میری جسمانی صحت
 بالکل تباہ ہو جاتی۔“

میری ساری قوت اور توانائی بالکل ختم ہو چکی تھی میں ۹۴ ویں پیادہ دستے میں قبری
 دار بن کر ملے والا نان کسٹل آفسر تھا۔ میرا کام یہ تھا کہ میں قتل لاپتہ اد اسپتال
 میں داخل ہونے والے زخمی سپاہیوں کا ریکارڈ رکھنے میں مدد دیتا تھا، مجھے دونوں اتحادیوں
 اور دشمن کے سپاہیوں کو کھونٹنے میں ہاتھ بٹان پڑتا تھا جو میں لڑائی کے عالم میں عجلت سے
 چھوٹی سی قبریں دفن دیتے جاتے تھے میں ان لوگوں کی ذاتی اشیاء جمع کر کے ان کے
 والدین اور قریبی رشتہ داروں کو بھیجا کرتا تھا جو ان اشیاء کو بہت قیمتی اور نایاب سمجھ کر
 اپنے پاس بطور یادگار رکھیں گے۔ میں اس خوف سے متواتر پریشان رہتا تھا کہ شاید ہم
 کسی غلط فہمی کی غلطی کا ارتکاب کر رہے ہیں۔ مجھے یہ پریشانی تھی کہ میں تھی کہ میں یہاں سے زندہ
 بچ کر سلامت بچ کر بھی سکوں گا یا نہیں۔ میں متفکر تھا کہ میں اپنے بچے کو بھی اپنے ہاتھوں
 پر اٹھا بھی سکوں گا یا نہیں۔ میرا بچہ جو سولہ جہینے کا ہو چکا تھا اور جسے میں نے
 کبھی نہیں دیکھا تھا۔ میں اس قدر پریشان تھا اور میری صحت اس قدر گر چکی تھی کہ میرا
 وزن پچیس پونڈ کم ہو گیا۔ میں اس قدر بیمار ہوا تھا کہ جنوں کی سرحدوں تک پہنچ گیا
 میں جب اپنے ہاتھوں کو دیکھتا تھا جن پر کھال اور ہڈیوں کے سوا کچھ ہی کوئی دوسری

ہیز ہوگی ہیں اس خیال ہی سے کانپ جاتا تھا کہ میں جسمانی اعتبار سے بالکل تباہ ہو کر
گھر جاؤں گا۔ میری صحت روز بروز گرتی جا رہی تھی اور میں بچوں کی طرح سسکیاں
بھر کر رہنے لگتا، مجھے اس قدر درد پہنچا تھا کہ جب کبھی میں تنہا ہوتا، میری آنکھیں آنسوؤں
سے ڈبڈباجاتی رہیں۔ بلج کی لڑائی کے دوران میں تو ایک وقت ایسا بھی آیا جب میں اس
قدر رمدیا کہ مجھے یہ بالکل امید نہ رہی کہ میری جسمانی صحت کبھی اس انڈول جیسی ہو سکے
گی؟

اس کا نتیجہ یہ ہوا کہ مجھے ایک فوجی مہینہ میں جانا پڑا حال کا مطالعہ نے مجھے
ایک مشورہ دیا۔ جس نے میری بالکل کایا پٹ دی۔ میرا مکمل طبی معائنہ کرنے کے بعد
انہوں نے مجھے بتایا کہ آپ کی ساری مشکلات و تکالیف ذہنی ہیں، انہوں نے
مجھ سے کہا "میرا خیال ہے کہ آپ اپنی زندگی کو ریت گھڑی سمجھیں، آپ
جانتے ہیں کہ ریت گھڑی کی ٹوپی پر ریت کے ہزاروں ذرے ہوتے
ہیں اور وہ تنگ گردن میں سے آہستہ آہستہ اسی طرح بعد دیگرے گزرتے ہیں۔
آپ یا میں اس تنگ گردن میں سے ایک ایک وقت میں ایک سے زیادہ ذرے نہیں
گزار سکتے اگر ایسا کرنے کی کوشش کریں گے تو لازماً ریت گھڑی کو نقصان
پہنچائیں گے۔ آپ، میں اور ہر کوئی اس ریت گھڑی کی مانند ہیں۔ جب ہم
صبح کے وقت جاتے ہیں تو ہمارے سامنے ایسے سینکڑوں کام ہوتے
ہیں جنہیں ہم اسی روز ختم کر دینا چاہتے ہیں۔ لیکن اگر ہم انہیں ایک ایک
کر کے ختم نہ کریں اور جس طرح ریت گھڑی کی تنگ گردن میں سے ریت کے
ذرے آہستہ آہستہ اور بتدریج گزرتے ہیں اسی طرح انہیں دن کے
عرصے میں آہستہ آہستہ اور بتدریج نہ ختم کریں، ہماری ذہنی یا جسمانی
ساخت کو نقصان پہنچنے کا احتمال رہتا ہے؟

”جس دن فوجی ڈاکٹر نے مجھے یہ مشورہ دیا، میں اسی روز سے اس پر عمل کر رہا ہوں ایک وقت میں ایک ذرہ — ایک وقت میں ایک کام، اس مشورے نے دوران جنگ میں میرے جسمانی اور ذہنی قوی کو بچایا اور اب اس نے کاروبار میں میری بڑی مدد کی ہے جی ہاں، مور کی ایک کمزور کرڈیٹ کمپنی میں شاگ کٹر ڈول ملکر ہوں جو سسٹن دوران جنگ میں پیدا ہوئے تھے انھیں سے مجھے کاروبار میں سلبقہ پڑا۔ مجھے ایک وقت میں پیسوں کا کام کرنے ہوتے تھے اور انھیں کرنے کے لئے وقت بھی بہت قلیل ہوتا تھا ہمارے دیگرے کم ہو گئے تھے نئی انجینیں پیدا ہو گئی تھیں یہیں نئے ذخیروں کا انتظام کرنا تھا۔ کاکھوں کے پتوں کو تبدیل کرنا تھا کئی پرانی شاخیں بند کر فی اور نئی کھولنی تھیں وغیرہ۔ پریشان اور مضطرب ہونے کی بجائے میں نے ڈاکٹر کے مشورے کو ذہن میں رکھا ایک وقت میں ایک ذرہ، ایک وقت میں ایک کام، میں ان الفاظ کو بار بار دہراتا اور اس طرح اپنے کام کو زیادہ اچھی طرح سرانجام دے سکا اور انھیں ایک دوسرے سے گنبد اور غلط ملط کرنے کی نوبت پیش نہ آئی :

جاری عہدہ عافری کی زندگی کا ایک نہایت ہی اضمحناک پہلو یہ ہے کہ ہمارے پتہ داروں کے نصف بسترواغی اور اعصابی مریضوں کے لئے مخصوص ہو چکے ہیں ای میں سے اکثر مریض ماضی کے مذکورہ تفکرات اور مستقبل کے بے نام اندیشوں کے شکر کن بوجھ تلے پس چکے ہیں۔ ان میں بیشتر لوگ آج بھی بازاروں اور گلی کوچوں میں پھر رہے ہوتے ہیں اور سرت بھری اور محنت مند زندگی گزار رہے ہوتے اگر انہوں نے یسوع کے ان الفاظ پر ذرہ بھی توجہ دی ہوتی تو کل کے متعلق فکر مت کرو، یا سرولیم اسلم کے ان الفاظ پر کان دھنا ہوتا، دن روک کمراوں میں دھوڑ

آپ اور ہم اس وقت دو ابدیتوں کے مقامات اتصال پر کھڑے ہیں۔ ہمارے ایک طرف لامحدود ماضی ہے جہاں دل سے جاری ہے اور دوسری طرف مستقبل ہے جو اب تک جاری رہا ہے

ہم اسکا فی طور پران دور ہماروں میں سے کسی ایک ہی بھی نہیں جاسکتے۔ نہیں ایک
 ٹھانیہ کے لئے بھی نہیں۔ اگر ہم اس کرنے کی کوشش کریں گے تو ہم اپنے جسم و دماغ
 دونوں کو تباہی کے غار میں دھکیل دیں گے۔ پھر کیوں نہ ہم اسی وقت میں زندہ رہنے
 پر زنا نیت کریں، بقنا غرض کہ ہم زندہ رہ سکتے ہیں اس وقت سے لے کر سونے کے وقت تک
 سارٹ لویس سیٹون کہتا ہے۔ ”ہر شخص آمد شب تک اپنا بلو جھاٹھا سکتا ہے۔ خواہ وہ کتنا
 ہی بھاری کیوں نہ ہو۔ ہر کوئی ایک دن کے لئے اپنا کام کر سکتا ہے خواہ کتنا ہی مشکل کیوں نہ
 ہو۔ ہر شخص غریب و افتاب تک اطمینان، مسرت، استقلال، صداقت اور محبت کے ساتھ اپنے
 زندگی کے لمحات گزار سکتا ہے۔ اور حقیقت صحیح زندگی کا مطلب یہی ہے۔“

ہاں زندگی ہم سے اسکا مطالبہ کرتی ہے لیکن سنا رہی کے شیلڈ لٹل لٹل کورٹ سٹریٹ
 ساگ، ڈوٹا لینگ، بالکل مایوس ہو چکی تھی۔ بلکہ خود کشی کی منزل تک پہنچ چکی تھی۔ پھر کبھی
 اسے جا کر سونے کے وقت تک زندہ رہنے کا گڑ معلوم ہوا۔ مسٹر شیلڈ نے اپنی کہانی
 سناتے ہوئے مجھے بتایا کہ ۱۹۲۷ء میں میرے شوہر کا انتقال ہو گیا۔ میں بہت شکستہ دل
 اور مایوس ہو گئی اور میرے پاس بھوئی کوڑی تک بھی نہیں تھی۔ میں نے اپنے سابق آقا
 روح فاؤرکمنی کینا کی سٹی کے ہالک مسٹر لیون روج کو خط لکھا اور دوبارہ اپنی نوکری
 حاصل کر لی۔ میں پہلے دیہاتی اور شہری سکولوں کے بورڈنگ ہاؤسوں میں کتا میں بیچ کر اپنی
 روزی کمایا کرتی تھی۔ دو سال پیشتر جب میرا شوہر بیمار پڑا تھا، میں نے اپنی کار فرمیت
 کر دی تھی۔ تاہم جوں توں کر کے میں نے کچھ رقم جمع کی اور ایک پرانی کار پٹے پر لے لی اور
 دوبارہ کتا میں بیچنے کا کام شروع کر دیا۔

”میرا خیال تھا کہ پرانا کام شروع کرنے سے مجھے شعلی اور بیماری سے چھٹکارا مل
 جائے گا لیکن اکیلے کار چلانا اور اکیلے کھانا، یہ میری فطرت برداشت سے باہر تھا۔ بعض ملازمتوں
 میں آٹھا آٹھ ہی بھی نہیں ہوتی تھی کہ کار کا بیچ خواہ وہ کتنا ہی قلیل کیوں نہ ہو بھی پورا کرنا

مشکل ہو جاتا تھا۔

”شش ماہ کے موسم بہار میں میں فارسائی و سودی میں کام کر رہی تھی، سکول مفلس، سرکس غلاب اور میں بیک وقت تھنا، میں اس قدر مایوس ہو چکی تھی کہ ایک بار تو میں نے خود کشی کا بھی ارادہ کر لیا۔ ایسا معلوم ہوتا تھا کہ کامیابی ناممکنات میں سے ہے، ہر صبح جب میری آنکھ کھلتی تو مجھے زندگی کی کٹھن گھاٹیوں کا سامنا کرتے ہوئے خوف آتا، میں ہر چیز سے ڈرتی تھی۔ مجھے فکر تھی کہ کار کی قسطیں نہیں ادا کر سکوں گی، کمرے کا کرایہ نہیں دے سکوں گی، میرے پاس کھانے پینے کیلئے کافی پیسہ نہیں ہے گا۔ میری محنت روز بروز گرتی جا رہی ہے، ڈاکٹر کو فیس کہاں سے دوں گی، یہی ایک چیز مجھے خود کشی سے روکتی تھی کہ کیا کرنے سے بڑھا، ہمیشہ وہ کھدہ رہنے لگا اور میرے پاس کٹھن و فن کے لئے بھی کافی پیسے نہیں ہیں۔“

”پھر اکیس روز میں نے ایک سفیون پڑھا، جس نے میری دل سکتگی اور مایوسی کو دور کر دیا، اندر میرے اندر زندہ رہنے کی ایک نئی امنگ پیدا کر دی۔ میں اس سفیون کے ایک زندگی بخش جملے کی ہمیشہ احسان مند رہوں گی کہ مقلد انسان کے لئے ہر دن کی یاد ہے۔“ میں نے اس جملے کو ٹاپ کر لیا اور اسے اپنی کار کے سارے کپڑے پر پرست کر دیا، یاد چلاتے ہی ہر وقت میری نظروں کے سامنے رہتا تھا۔ مجھے معلوم ہوا کہ ایک وقت میں صرف ایک دن کے لئے زندگی بسر کرنا اتنا مشکل نہیں ہے۔ میں نے گذشتہ کل کو زمارش کرنا اور آئندہ کل کے متعلق متردد نہ ہونا سیکھا، میں ہر روز صبح کو اپنے آپ سے کہتی تھی آج کا دن ایک نیا دن ہے۔

میں اپنی تہائی اور چھوٹے کے خیالات پر توجہ پانچلی ہوں، میں خوش ہوں اور میری زندگی کافی حد تک کامیاب ہے۔ اب مجھے زندگی سے پیار ہے، میرے اندر تھناؤ اور تھکاپہ نہیں رہی جاتی ہوں کہ اب یہ کبھی چیز سے بھی خائف نہیں ہوں گی۔ اب یہی اس بات سے ماہر ماہ ہوں کہ زندگی مجھے کیا دیتی ہے۔ اب یہی جاننا ہوں کہ مجھے معقول کے

کے متعلق پریشان ہونے کی مطلق ضرورت نہیں اب میں جانتی ہوں کہ ایک وقت میں ایک دن کے لئے زندہ رہ سکتی ہوں۔ اور یہ کہ عقلمند انسان کے لئے ہر دن ایک نیا دن ہے۔“

سپ کے خیال میں یہ اسٹارکس کے ہوں گے
مرف وہی انسان خوش رہ سکے گا
جو یقین کے ساتھ یہ کہہ سکے گا
میں مالک ہوں اس مرد نکلا، فردا پہ بھجھتا ہوں لعنت
اور جو دیروند سے پیچھا چھڑا سکے گا۔

کیا یہ الفاظ خادہ اور جردین نہیں نظر آتے؟ لیکن یہ شیخ کی پیداؤش تھی میں سال قبل رومی شاعر ہو رہی تھی۔

انسانی فطرت کا سب سے بڑا المیہ جو میں جانتی ہوں یہ ہے کہ ہم سب ندمہ رہنے کو ملوث کرتے رہتے ہیں۔ اپنی کھڑکیوں سے باہر جو گلاب کے پھول کھل رہے ہیں۔ ہم آج ان سے لطف اندوز ہونے کے بجائے ٹھکانوں کے کسی فلسفی باغ کے متعلق غور و فکر کرتے رہتے ہیں۔

ہم اس قدر احمق کیوں ہیں۔۔۔۔۔ اس قدر المانک حرکت احمق؟
سلیف کی کاک اٹھتا ہے۔ باری زندگی کا پھوٹا سا جلوں کنٹا عجیب و غریب ہے بچہ کنٹا ہے جب میں فضا بڑا ہوں جاؤں گا تو کیا ہوگا؟ بڑا ہو کر لڑکا کنٹا ہے جب میں جوان ہو جاؤں گا اور جوان ہو کر کنٹا ہے، جب میں شادی کروں گا لیکن شادی کے بعد کیا ہوتا ہے؟ اس وقت خیالات تبدیل ہو جاتے ہیں جب میں بوڑھا ہو جاؤں گا اور پھر جب بوڑھا پاؤں گا تو بڑھتا ہے توجہ گندے ہوئے مناظر کو دیکھتا ہے اور اسے ایک مردوخ ہنسا جاتی ہوئی محسوس ہوتی ہے وہ سب کچھ کھو چکا اور ہر چیز اس کے اختیار

سے نکل چکی ہے، بہت دیر کے بعد جاری کچھ میں آتا ہے کہ زندگی بہ رون اور ہر لمحے کے نیچ
 بم رہنے ہی ہے۔

آپہانی ایڈورڈ ایونز ساکن ڈیڑو اسٹریٹ سیکھنے سے پیشتر ریڈیانیوں سے تقریباً زندہ
 درگور ہو چکا تھا کہ زندگی بہ رون اور ہر لمحے کے نیچ ہی رہنے ہی ہے۔ ایڈورڈ ایونز نے
 انکس کی آنکھ کھولی اور پرورش پائی تھی۔ اس نے روزی کمانے کے لئے سب سے پہلے اخبار
 فروشی شروع کی اور پھر ایک پرپون فروشی کی دکان پر منیم ہو گیا۔ پھر جب سات آدمیوں کے
 روٹی بانی کا بار اس پر آ پڑا تو اسے ایک اسسٹنٹ لائبریری کی جگہ مل گئی، خواہ مخواہ روٹی تھی
 اور نوکری چھوڑتے ہوئے بھی اسے ڈرنگ تھا۔ اسکا شش و پنج ہی آٹھ سال گزرنے لگے کہ
 نوکری چھوڑنا پنا کاروبار شروع کر دیا جائے، لیکن ایک بار اس نے حوصلہ کر کے اپنے کام شروع
 کر ہی دیا۔ اس نے پچیس ڈالر ادھار لئے اور ان سے اپنے کاروبار کا آغاز کیا۔ رفتہ
 رفتہ اس کی سالانہ آمدنی بیس ہزار ڈالر ہو گئی۔ پھر کاروبار پر غوال چھا گئی اور اس کو
 کشت زندہ ویران ہو گیا یعنی جس درست فی ضمانت کی تھی اس کا دیوالیہ بھی گیا۔ اگر بہت
 کے ساتھ ایک اور مصیبت بھی آگئی۔ جس جگہ میں اس کا سرمایہ تھا وہ فیل ہو گیا نہ صرف
 کوڑی کوڑی سے محروم ہو گیا بلکہ اٹھاسولہ ہزار ڈالر کا مقروض ہو گیا۔ یہ بار اس کے اعصاب
 کے لئے ناقابل برداشت تھا۔ اس نے مجھے بتایا کہ میں تو نہ کھا سکتا تھا اور نہ سو سکتا تھا۔ میں
 سخت بیمار پڑ گیا اور اس بیماری کو وجہ پریشانی اور بھنی پریشانی تھی۔ ایک روز جب
 میں گلی میں سے گزر رہا تھا، میں بیہوش ہو کر گر پڑا۔ پھر مجھ میں چلنے پھرنے کی بھی محنت باقی
 نہ رہی۔ میں چار پاؤں کا ہو کر رہ گیا۔ میرے جسم پر چھوٹے چھوٹے پھوٹے پھنسیاں نکلتے
 اور یہ پھوٹے اندر ہی اندر ہی اندر پھنے لگے یہاں تک کہ بہترین لیڈا بھی ایک قیامت
 ہو گیا۔ میں روز بروز کمزور ہونے لگا۔ آخر ایک روز میرے ڈاکٹر نے مجھے بتایا کہ میری زندگی
 کے صرف دو مہینے باقی رہ گئے ہیں، میں بخوبی چکا رہ گیا۔ میں نے وصیت نامہ لکھ دیا اور بہتر پریکٹ

موت کا انتظار کرنے لگا۔ اب کشکش یا پریشان ہونے کا کوئی فائدہ نہیں تھا۔ میں نے فکر کرنا بالکل بند کر دیا اور اپنے جسم کو ٹھیکہ چھوڑ کر سو گیا۔ یہ کئی ہفتوں سے مسلسل دو گھنٹے بھی نہیں سویا تھا، اب جب کہ میری زندگی دوراے پر تھی تھی، مجھے ایک بچے کی طرح نیند آئی۔ میری روح فرساختہ حادثہ دور ہونے لگی۔ بھوک ٹوٹ آئی اور وزن بڑھ گیا۔

پچھلے ہفتوں کے بعد میں باطنی کی مدد سے چلنے پھرنے لگا۔ چھ ہفتے گزر گئے کے بعد میں دوبارہ کام کرنے لگا۔ پہلے بری آمدنی تیس ہزار ڈالر سالانہ تھی لیکن اب مجھے تیس ڈالر فی ہفتہ کی ملازمت مل جانے پر بڑی خوشی تھی۔ ٹورس ریل یا جہاز سے بھی جاتی ہیں تو انہیں اپنی جگہ پر قائم رکھنے کے لئے مکڑی کے کندھے اڑا دیے جاتے ہیں، مجھے بھی کندھے سے فرو کرنے کا کام مل گیا۔ اب یہ ایسا ہونے لگا تھا، مجھے سیسم کی پٹ کی یا تروڑ نہیں تھا۔ مجھے اپنی پرکھنی اندر سے نہیں تھی۔ مستقبل کے متعلق مجھے کوئی تشویش نہیں تھی۔ یہ اپنا سارا وقت قوت اور سرگرمی سے ان کندوں کے چھپنے پر لگا دیتا۔

یہ درجہ ایونز نے بڑی محنت سے ترقی کی منازل طے کر لیں۔ چند سالوں کے اندر اندر وہ کمپنی کا پریذیڈنٹ بن گیا۔ اس کی پچی ایونز پر ڈاکٹ کمپنی کئی سالوں سے نیویا راک شاک کمپنی میں منظر بند ہے جب شراہ ایوی ائرز نے انتقال کیا وہ امریکہ کا ایک بہت ہی کامیاب اور ترقی یافتہ کاروبار تھا، اگر آپ کو کبھی طیارے میں گرین لینڈ جانے کا موقع ملے تو آپ ایونز طیارہ کا گاہک بنیں، انہیں گے جو اس کی یادگار میں تعبیر کی گئی ہے۔

اس کہانی کا نکتہ یہ ہے کہ ایڈورڈ ایونز کے دل میں کاروبار اور زندگی میں کامیاب ہونے کا دلور پیدا نہ ہوتا اگر اس سے پریشان و غمگین ہونے کی طاقت سرزد نہ ہوتی۔ اگر اس نے "دن مذاک کموں" نہ دیا۔ یہ سیکھا جاتا۔

نیٹ کی پیدائش سے پانچ سال قبل یونانی فلاسفر میریکلیٹس نے اپنے شاگردوں کو بتایا تھا "تاؤن" تغیر کے سوا ہر چیز تبدیل ہوتا رہتا ہے۔ اس نے کہا تھا۔ "آپ ایک ریاضی دو خطہ قدم" نے قیادت ایک تغیر کو رہے زمانے میں، اتنا

نہیں رکھتے، دیر کا راستہ ہو گھڑی جلتا رہتا ہے اور یہی حال اس آدمی کا ہے جو اس کی قدر نہ کرتا ہے۔ زندگی ایک غیر ختم تغیر ہے۔ ماحولیت صرف موند ہے۔ غیر ختم تغیر اور غیر یقینی کے دھند میں لپٹے ہوئے مستقبل کے سانچے کو مل کرنے کی کوشش کرتے ہوئے آج کی زندگی کے ممکن کو کیوں خواب کیا جائے؟۔ ایک مستقبل کی تھوڑا سا کنکریٹ بھی بیگونی نہیں کر سکتا۔ پرانے سوچ اس حقیقت کو سمجھتے تھے، ان کا قول تھا "دن کا نصف اٹھاؤ، یا دن کو پکڑ لیے" اور اس سے زیادہ سے زیادہ فائدہ اٹھانے کی کوشش کیجئے۔

لاون ٹاس کا یہی فلسفہ ہے میں نے حال ہی میں اس کئے زرعی فارم میں ایک منٹ گزارا ہے جس نے دیکھا کہ اس نے مناجات گزارنے کے مندرجہ ذیل الفاظ زیر میں جڑا کر اپنے براؤڈ کاسٹنگ سٹیڈیو کی ہیرا دل پر شکائے ہوئے ہیں، جہاں سے وہ ہر روز انہیں باسانی دیکھ اور پڑھ سکتا ہے یہی ہے وہ دن جو خداوند خدا نے بنایا۔

خوشیاں منائیں گے ہم اس سے فائدہ اٹھائیں گے ہم
جان سہی کی میز پر ایک سادہ پتھر بٹا رہتا تھا اس پر صرف ایک لفظ آج منقوش تھا۔
میری میز پر کوئی پتھر تو نہیں لیکن میں نے اپنے اپنے ایک نظم فرور چسپا کیا ہے، میں اسے ہر روز محبت بناتے وقت دیکھ سکتا ہوں۔ سروریم اسکو بھی اس نظم کو ہمیشہ اپنی میز پر رکھا کرتا تھا اور سے شہر ہندوستانی ڈرامہ نگار کا لیداس نے لکھا ہے۔

صبح کو سلام

دیکھو اس دن کو!

کیونکہ یہ زندگی ہے، حیات زندگی

اس کے سفر مختصر ہیں

ہیں آپ کی زندگی کی ساری حقیقتیں اور نہایتیں

ترقی کی برکتیں

مومنیت کی عظمتیں

کامرانی کی رفعتیں

ماضی ہے خواب رنگیں

فرد اسراب رنگیں

زندگی ہے صرف آج کی

جو بناتی ہے کل کو تمہیں

ویتی ہے دعوت شباب کی

کھینچتی ہے تاریں رباب کی

گزارو آج کا دن، خوب گزارو

گر رہنا ہے زندہ تو اس کو جانے نہ دو۔

یہی ہے میرا سلام صبح

سلام صبح، نغید صبح، اداب صبح، پیام صبح

بھنا پڑیشانی کے متعلق آپ کو سب سے پہلی چیز جو جاننی چاہیے، یہ ہے کہ اگر آپ فکر و تردد سے بھنا چاہتے ہیں، تو مردِ ولیمِ اسلام کے قول پر عمل نہ کیجئے۔

۱۔ اپنی اور مستقبل کے آمنی دروازے بنا کر دیجئے اور دن روک کر دیں رہنے،

اسے پہلے یہ سوال پوچھئے اور ان کے جواب لکھئے۔

۲۔ کیا مستقبل کے متعلق پریشان رہنے کی وجہ سے سال کی زندگی ملتی کرنے کا عادی ہوں؟

کیا میں اپنی چوگلابہ کئے کی فلسفی یا نیچے کی خواہش کر رہا ہوں؟

۳۔ کیا میرا ماضی کے واقعات پر انہوں کر کے حال کو تلخ تو نہیں بناتا؟ وہ ماضی جو گزر چکا ہے

واپس نہیں آ سکتا۔

۴۔ کیا میں صبح کو اسی ارادے کے ساتھ بیدار ہوتا ہوں کہ دن کو جانے نہ دوں گا؟ ان پر جواب دیں

گفتوں میں زیادہ سے فائدہ اٹھانے کی کوشش کروں گا :

- ۵۔ کیا میں روک کمروں میں رہ کر زندگی سے زیادہ سے زیادہ لطف اٹھا سکتا ہوں؟
۶۔ میں اس پرکب سے عمل شروع کروں گا؟ اگلے صفحہ؟ کل آج ... ابھی؟

باب ۱۔ ایک طلسمی کتبہ

کیا آپ پریشانیوں سے بچنے کیلئے کو زود اثر تیرہ سو سال سے معلوم کرنا چاہتے ہیں۔ لیکن ایک ایسی تکنیک جس سے آپ کو کتاب کو آگے بھی نہ پڑھنا پڑے اور آپ اپنے انکار و آلام سے بھی چھٹکارا پا سکیں

اچھا تو میں آپ کو دو طریقہ بتاؤں گا جس پر ایک کنڈیشننگ کی صنعت قائم کرنے والے مشہور و معروف انجینیئر ویس کیرٹر نے عمل کیا تھا۔ وہ اس وقت مشہور آفاقی کیرٹر کارپوریشن نیویارک کے چیئرمین ہے۔ یہ ایک بہترین تکنیک ہے جو مجھے پریشانیوں کے امور حل کرنے کے متعلق معلوم ہوئی ہے اور میں نے خود ذاتی طور پر اسے مسٹر کیرٹر کی زبانی سنا ہے جب کہ ہم دونوں نیویارک کے انجینیئروں کی کلب میں اکٹھے ملے کھ رہے تھے۔

مسٹر کیرٹر نے مجھے بتایا کہ جب میں نوجوان تھا۔ میں بھیلو فورج کمپنی بھیلو نیویارک میں کام کیا کرتا تھا۔ مجھے ریاست مسوری کے شہر کرشل میں پیس برگ گلاس کمپنی کے ایک کارخانے میں گیس صاف کرنے کی مشین نصب کرنے کے کام پر مامور کیا گیا۔ اس مشین کی قیمت کوئی لاکھ ڈالر تھی۔ اس مشین کے نصب کرنے کا مقصد یہ تھا کہ گیس کی غلطیتیں پاک کی جائیں تاکہ اس سے انجنوں کو کسی قسم کا نقصان پہنچانے بغیر چلایا جاسکے گیس صاف کرنے کا یہ طریقہ نیا اور انوکھا تھا، اسے صرف ایک بار آزمایا گیا تھا اور وہ میں اس سے مختلف حالات میں کرشل شہر میں میرے ظلم میں غیر متوقع شکایت پیدا ہو گئی۔ شین کام تو دے رہی تھی۔ لیکن ہماری

تو حققت سے بہت کم۔

مجھے اپنے ناکامی پر سخت صدمہ پہنچا۔ مجھے یوں محسوس ہوتا تھا گویا کسی نے میری کھوپڑی پر نڈھال سے پتھر گھسیٹا ملا ہے۔ میری سہیلی میں جدوجہد رہنے لگی۔ آنکھوں میں آنکھیں ہونے لگی۔ کچھ غصہ تو نہیں اس قدر پریشان رہا کہ مجھے نیند بھی نہ آ سکی۔

آخر میرے شعور نے میری رہنمائی کی کہ پریٹنلن و مترجم ہونے سے کوئی فائدہ نہیں پہنچا چنانچہ معاملے کو نمٹانے کے لئے میں نے تفکر بوجے بغیر ایک راستہ ڈھونڈا۔ اس میں مجھے بہت کامیابی ہوئی اور تفکرات سے بچنے کے لئے میں عیسائی سال سے اس تکنیک کی استعمال کر رہا ہوں۔ یہ بہت سادہ اور آسان ہے، مگر کوئی اس پر عمل کر سکتا ہے۔ یہ تین حصوں پر مشتمل ہے۔ ۱۔ میں نے میاکی اور دیاننداری کے ساتھ صورت حال کا تجزیہ کیا اور اندازہ لگایا

ناکامی کی صورت میں اس کے بدترین نتائج کیا ہو سکتے ہیں؟ یہ امر تو یقینی تھا کہ کوئی مجھے جیل کی سلاخوں کے اندر بند نہیں کر رہا تھا اور نہ مجھے گولی مار رہا تھا۔ البتہ اتنا ضرر دے کہ میری ملازمت چھن جانے کا اندیشہ تھا، اس بات کا بھی موقع تھا کہ میرے ایک مشینری کو اکھیڑیں اور ہم نے جو جیس ہزار ڈالر صرف کئے تھے وہ ضائع ہو جائیں۔

۲۔ جب مجھے یہ اندازہ ہو گیا کہ اس کے بدترین نتائج کیا ہو سکتے ہیں۔ تو میں نے ضرورت پڑنے پر ان کا ساتھ کرنے کے لئے اپنے آپ کو تیار کر لیا۔ میں چنے لپتے آپ سے کہتا ہوں یہ ناکامی میرے ریکارڈ پر ایک سیاہ دھبہ ہو گا اور میں ممکن ہے کہ انہما کی وجہ سے مجھے ملازمت سے ہاتھ دھوئے پڑیں۔ لیکن اس صورت میں مجھے کسی اور جگہ ملازمت مل سکتی ہے، ملازمت کا کیا اعتبار دے تو اس سے بھی بدتر صورت اختیار کر سکتے ہیں۔ جہاں تک میرے ملکوں کا تعلق ہے انہیں احساس ہے کہ ہم ہمیں صاف کر رہے ہیں لے ایک نئے طریقے کا تجربہ کر رہے ہیں۔ اگر انہیں اس تجربے کے میں ہارنا اور ادا کرنے پڑیں تو اس سے برداشت کر سکتے ہیں اور لیسرچ کی حد تک اس کا مطالعہ بھی طلبہ تک

کر سکتے ہیں۔ بسبب مجھے اسکا فی بدترین نتائج معلوم ہو گئے، اور ضرورت پڑنے پر انھیں قبول کرنے کے لئے اپنے آپ کو تیار کر لیا۔ تو ایک بہت ہی اہم چیز ملاحظہ ہوئی۔ میں نے اپنے آپ کو ڈھیلا چھوڑ دیا۔ اگر اسے مجھ پر ایک گونہ تسکین اور اطمینان حاصل ہو چکا جس سے میں ان فلوں محفوظ تھا۔

۲۔ میں ذہنی طور پر بدترین اثر قبول کر چکا تھا اور اب خاموشی کے اسے بہترین بنانے کے لئے میں نے اپنا پورا وقت، قوت اور توانائی وقف کر دی۔

اب میں نے ایسے طریقے اور ذرائع معلوم کرنے کی کوشش کی جن سے میں ہزار کے خمدار سے میں تخفیف کی جاسکے۔ میں نے بہت سے قرص لے، اور اداکاراں نیچے پر پہنچا کہ گرم پانی ہزار ڈالرو کا مزید سامان خریدیں تو ہمارا مسئلہ حل ہو جائے گا۔ ہم نے بھی کیا اور بجائے اس کے کہ ہم کو میں ہزار ڈالرو کا خسارہ برداشت کرنا پڑتا، میں پندرہ ہزار ڈالرو کا منافع حاصل ہوا۔

مگر میں افکار اور پریشانیوں میں مبتلا رہتا تو ممکن ہے کہ مجھے کبھی بھی کامیابی حاصل نہ ہوئی۔ کیوں کہ پریشانیاں میں سب سے بڑا نقص یہ ہے کہ ہم اپنے دماغ کو بے نہیں رکھ سکتے۔ عجب ہم پریشان ہوتے ہیں تو ہمارا دماغ بہانا، دھبلا، اور دھڑلہ دھڑھل کر رہتا ہے۔ کھانا پھرنا ہے اور ہم کسی شے پر سوچنے کی ساری قوت سے محروم ہو جاتے ہیں۔ لیکن جب ہم اپنے آپ کو بدترین پینے کے لئے تیار کر لیتے ہیں اور ذہنی طور پر اسے قبول کر لیتے ہیں تو ہم تمام ہم اور دھندلے نقوش کو مٹا دالتے ہیں اور ایک ایسے مقام پر پہنچ جاتے ہیں جہاں ہم اپنے دماغ سے پر پوری توجہ مرکوز کرنے کے قابل ہو جاتے ہیں۔

اگر اس واقعہ کو گزیرے کئی سال بیت چکے ہیں اور مجھے اس میں اس قدر کامیابی ہوئی تھی کہ وہ عیشیائی کا ایک کو استعمال کرتا ہوں اور شاید اسی کا نتیجہ ہے کہ میری زندگی پریشانیوں سے آفرینا چھوڑا دیا ہے۔

نفسیاتی اعتبار سے اگر دیکھا جائے تو ویسے کیرٹر کا یہ طلسمی فارمولا اس قدر قیمتی اور
عملی کیوں نظر آتا ہے؟ اس کی وجہ یہ ہے کہ یہ میں ان دینے ٹیالے بادلوں سے نیچے کھینچ
لیتا ہے، جن میں کہ جب ہم پریشانیوں سے اندھے ہو چکے ہوتے ہیں، ٹھوکر لڑی کھا
لے ہوئے ہیں، اور رہ ہمارے قدم مقبوضی اور قوت کے ساتھ زمین پر جماد جا
اور اگر ہمارے نیچے جا د زمین نہ ہو تو ہم تخلیق میں کسی فرض سے شہدہ برآ ہونے کی
کیسے توقع کر سکتے ہیں؟

عملی نفسیات کے بانی پروفیسر ولیم جیمز کو انتقال کے اڑھتیس برس گزر چکے ہیں۔
لیکن اگر آج وہ زندہ ہوتا اور یہ دیکھتا کہ بدترین حالات کا مقابلہ کرنے کے لیے میں
کا فارمولا استعمال کیا جا رہا ہے تو اسے کتنی خوشی ہوتی۔ میرے پاس اس دعوے کی
دلیل کیا ہے؟ میری دلیل یہ ہے کہ وہ اپنے شاگردوں کو مخاطب کر کے کہہ چکا ہے کہ جو کچھ
جو چکا ہوا اس پر مشغول کرو، کیونکہ بد فیصلوں کا خیار زہ برداشت کرنے کی پہلی شرط ہے
کہ جو کچھ بیت چکا ہو اس پر رضامند ہو جاؤ۔

یہی نظریہ لن پوتانگ نے اپنی مقبول نام کتاب زندگی کی اہمیت میں پیش کیا تھا
اس جینی فلسفی نے کہا تھا "صحیح دفاعی کون بدترین چیز کو قبول کرنے سے حاصل ہوتا ہے یہ"
خیال ہے کہ نفسیاتی اعتبار سے اس کا مطلب اخراج قوت ہے۔

ہاں بالکل ہی ہے، نفسیاتی اعتبار سے اس کا مطلب اخراج قوت ہی ہے جب
ہم بدترین کو قبول کر لیتے ہیں تو ہمارے پاس کوئی ایسی چیز باقی نہیں رہ جاتی جس کے
بجھ جانے کا اندیشہ ہو، خود بخود اس کا مطلب ہوا کہ میں ہر نوعیت کا نادمہ ہے، ویسے
کیرٹن نے بتایا کہ بدترین کا مقابلہ کرنے سے مجھے فی الفور تسکین ہو گئی اور اب اسطیان محو
ہوا جس سے میں ان دنوں عوام تھا اس وقت سے میں کچھ سوچنے سمجھنے کے قابل ہو سکا۔
اب تو آپ مطلب سمجھ گئے ہوں گے؟ پھر بھی لاکھوں لوگ اپنی قیمتی زندگیاں پریشانیوں

اور انجنیوں کی بھینٹ چڑھا دیتے ہیں کیونکہ وہ بدترین کو قبول کرنے سے انکار کر دیتے ہیں۔ وہ بدترین کو بدترین بنانے اور اپنے آپ کو تباہی کے غار سے بچانے کی کوشش نہیں کرتے وہ اپنی خستہوں کی تعمیر نو کرنے کی بجائے خود بخود بیلے کے ساتھ گھٹم ہر جاتے ہیں۔ اور نتیجہ کیا ہوتا ہے کہ بالآخر کیا اور جنوں کا شکام ہو کر ختم ہو جاتے ہیں۔

کیا آپ جاننا چاہتے ہیں کہ دلیس کیرٹر کے کیلئے کواڈرکس نے استعمال کیا اور اس سے اپنے مسائل کو حل کیا؟ مندرجہ ذیل ایک اور مثال ہے۔ شخص نیو یارک میں ٹیل کا کام بار کیا کرتا تھا۔ اور بری شہانہ کلاسوں کا ایک طالب علم رہ چکا ہے۔

اس طالب نے مجھے بتایا کہ ”مجھ سے نابالغ ذرا رخ سے ریپر یہ پھیلایا جاتا رہا ہے

میں جانتا نہیں تھا کہ ایسا ممکن ہے۔“ مجھے تسلیم کرنے میں تامل تھا کہ سیما سے باہر حقائق کی دنیا میں بھی ایسا ہو سکتا ہے۔ لیکن یہ حقیقت ہے کہ مجھ سے انشاءً راز کی رشتہ کی ماہر تھی! بیانیہ لوگ کہیں جس آگ کی پٹی کا پیڑ میں تھا اس کے پاس کچھ ڈیڑھ راکٹ

اور چند ڈرائیو ر تھے۔ اس وقت او۔ بی۔ اے کے قوانین نہایت سنجے کے ساتھ شروع تھے اور ہم پر اپنے گاہکوں کو راشن کے مطابق تیل دینے کی پابندیاں عائد تھیں۔ مجھے یہ معلوم نہیں تھا لیکن ذرا رخ سے اندازہ ہوتا ہے کہ ہمارے معن ڈرائیو کار سے مستقل گاہکوں کو کم تیل دیتے تھے اور جو باقی بچ رہتا تھا، اسے اپنے گاہکوں کے پاس ورگٹ کر دیتے تھے۔

”مجھے ان غیر قانونی حرکتوں کے متعلق اس وقت خفیف سا شبہ ہوا۔ جب ایک شخص میرے پاس آیا اور بولا کہ وہ سرکاری الیکٹرک ہے لیکن اگر اس کی مٹھی گرم کر دی جائے تو وہ ہمارے گرم گورنر دے کر سکتا ہے۔ اس کے پاس ہمارے ڈرائیو ر کی غیر قانونی حرکتوں کی تحریر، ثبوت تھے اور اس نے مجھے دھکی دیا کہ اگر میں نے اس کا مطالبہ پرانہ کیا تو وہ ان ثبوتوں کو بھٹکے کے حوالے کر دے گا۔

بے شک مجھے معلوم تھا کہ کم از کم واقعی طور پر مجھے پریشان ہونے کی قطعاً ضرورت

نہیں لیکن یہی یہ بھی جانتا تھا کہ قانون کتاب ہے کہ ایک اپنے مایہ کے افعال و کردار کی ذمہ دار ہے اس کے علاوہ مجھے معلوم تھا کہ اگر عدالت میں مقدمہ پیش ہو گیا اور اخلاقیات میں اس کی تردید اوجھل ہو گئی تو میرا رد و باہتمام ہو کر ٹھپ ہو جائے گا اور مجھے اپنے کاروبار پر ہانڈ لگا۔ کیونکہ اسے میرے والد نے قائم کیا تھا اور چوبیس سال نے نیچے می سے چل رہا تھا۔

”یہی اس قدر پریشان ہوا کہ بیمار پڑ گیا۔ تین دن تک نہ تو یہ کچھ کھا سکا نہ سو سکا۔ میرے حواس محض ہو چکے تھے اور میرا سر جھک رہا تھا کیا مجھے پانچ ہزار ڈالر کی غلطی رقم ادا کر دینی چاہیے یا اس شخص سے صاف صاف کہہ دینا چاہیے کہ اس کا جو جی یاد ہے وہ کرے میں اسے کچھ نہیں دوں گا۔ دونوں میں سے ایک بات پر بھی طبیعت نہیں جوتی تھی اس لئے مدد نہیں کھلتی تھی۔“

”پھر اتفاقاً ایک اتوار کی رات کو ایک کتابچہ موسوم پرنشیا میں سے نکالت پانے کا طریقہ دیکھا گیا۔ یہ مجھے ڈیل کاری کی کئی تفریقوں کی کلاس میں دیا گیا تھا۔ میں اسے پڑھنے لگا اور دس گھنٹے کی گہائی تک پہنچ گیا! اس کا کہنا تھا کہ بہترین کا مقابلہ کرنا چاہیے میں نے اپنے آپ سے پوچھا کہ ”اگر یہ اس شخص کی کٹھی گرم کرنے سے انکار کر دوں، اور انشاءً سازش دھمکی دے کر رشوت طلب کرنے والا اپنے ریکارڈ میں جوتی ہو جائے گا“

”اس کا جواب یہ تھا کہ بہترین نتائج یہی ہو سکتے ہیں کہ میرا کاروبار تباہ ہو جائے گا مجھے نظر بند تو نہیں کیا جا سکتا زیادہ سے زیادہ یہی ہو گا کہ مخالفانہ پسلی سے مجھے اپنے تعلق یافتہ کاروبار سے محروم ہونا پڑے گا۔“

”پھر میں نے اپنے آپ سے پوچھا کہ بہت اچھا، فرض کیجئے کہ کاروبار تباہ ہو جائے اور میں اسے ذہنی طور پر قبول کر لیتا ہوں اس کے بعد پھر کیا ہو گا؟“

میں اسی زمانے میں جب واپس کیرئیر میڈیٹ مسوری کے شہر کرٹل میں تھیں صاف کرنے کی مشین نصب کرنے کے متعلق پریشان ہو رہا تھا بروکن وزیر اعلیٰ کا ایک بھائی اہنڈامیت نامہ لکھ رہا تھا اس کا نام اپیل پی جی ہے اور اس کی ہیٹ کی پٹی آنسو میں دم تھا جو چمک کرنا سو رہا تھا، تھی ڈاکٹر جن میں ایک ناموروں کا ماہر خود بھی شامل تھا سٹریٹ کو لا علاج قرار دے چکے تھے، انہوں نے اُسے لایا کھانے اور پینشن نامہ سرفہرے کی ممانعت کر دی تھی اور اسے ہلاکت کر دی تھی کہ وہ بالکل ریکووی ایلر خاموش رہے اور ساتھ ہی وصیت نامہ لکھنے کے لئے بھی کہہ دیا۔

ان ناموروں کی وجہ سے سٹریٹ کو ایک اعلیٰ درجے کی لازمت سے محروم مستحق ہونا پڑا تھا اب اسے دنیا میں کوئی دیکھی نظر نہیں آتی تھی مستقبل دماغ کے دماغ کے پردوں میں چھپ چکا تھا اور اس کے لئے اس کے سوا کوئی چارہ کار نہیں تھا کہ کھل کھل کر موت انتظار کرے پھاری نے ایک فیصلہ کیا۔ ملک لائی اور ٹیم فیصلہ اس نے بیان کیا۔ میرے پاس زندہ رہنے کی بہت تیل ہلت رہ گئی تھی اور میں اس سے بھی زیادہ سے زیادہ فائدہ اٹھا سکتا تھا میری ہمیشہ سے یہ خواہش رہی تھی کہ مرنے سے پہلے ایک بار دنیا کے گرد چکر لگا سکوں اب مجھے کوئی موقع مل سکتا تھا تو میں یہی موقع تھا، چنانچہ اس نے ٹکٹ خرید لیا۔

ڈاکٹر میسران دست بردار تھے، انہوں نے سٹریٹ کو بتایا: اگر تم نے اس سفر کا ارادہ کیا تو تم نہیں خبردار کئے دیتے ہیں کہ تم راستے ہی میں مرناؤ گے اور سمندر میں پھینک دیئے جاؤ گے۔

اس نے جواب دیا: نہیں ایسا نہیں ہو سکتا میں اپنے رشتہ داروں سے وعدہ کر چکا ہوں کہ مجھے بروکن ہو وزیر (اسکا) کے خانہ اہل قبرستان میں دفن کیا جائے گا۔ میں ایک ہندو خیر بہاؤں امداد سے اپنے ساتھ لے جاؤں گا؟

چنانچہ اس نے ایک مسند و قلم خرید کر ہمارے رکھ لیا۔ اور ٹیم شپ کمپنی کے اگلے ساتھ

ساتھ مل کر لیا کہ لگو اس کا استقبال ہو جاتے تو وہ اس کی منہ پر پیچھی بند کر کے
سرد کرے میں رکھ دیں گے اور وہاں کے ماہی آنے تک میں پڑی رہے گا۔ وہ بڑے
خیر خیرام کی دُعا سے سرسبز ہو کر اپنے صفحہ پر سدا بہار ہو گیا۔
اسی قافلہ میں عمر عجیب کی گزرد۔ صیاب دے گا۔ حرب کا گلا دے

ساتی نیم فرطے ٹولیاں چہ خوشی لا رہی تھیں باد کہ شب می گویا
اس نے خیام کی اس بابائی پر پورا پورا اہل کیا۔ چنانچہ خوشی مجھے ایک خط میں لکھا ہے یہ
خلاص وقت میرے سامنے پڑا ہے۔ میں دوران سفر میں خوب سیر ہو کر کھاتا پیتا اور کچے بے
لگا ہوا کا دھواں مرغوں سے بنا کر اڑا دیتا۔ جی انعام و اقسام کے کھانے کھائے اور جی بھر کر
پر پر نریاں کیں۔ یہاں تک کہ ان عجیب غریب میاں کھانوں کو بھی نہ چھوڑا جو کبھی بغیر کسی کوٹنا
نٹا چاک کر سکتے تھے۔ میں نے اپنی زندگی سے جی بھر کر لطف اٹھایا جس میں کئی سالوں سے عرصہ
لگا۔ ہم مومن سون ہواؤں میں خوب دھڑکتے ہوئے جو اگر کسی خوش فہم ہوتا مجھ سے چنے میں ڈال
وٹیں سیکھیں میں نے اس سارے ہنگامے کو پاؤں کی ٹھوکر سے اڑا دیا۔

میں جہاز کے بورڈ پر کھلیں کھیلتا ریگت گاتا، نئے نئے دوست بناتا اور اعلیٰ آدمی
زات نام ان کے ساتھ گھسیں ہاتھارتا۔ جب بی بی عین اور ہندوستان پہنچا تو مجھے کھر کی
پریشانیوں میں کھلیں اور کھلیں مشرق کے افلاس اور کھلی کے مقابلے پر بار بار ارم کی نفیس
معلوم ہوئی۔ میں نے لائون پریشانیوں اور کھروں سے قطع متعلق کر لیا اور اپنی حالت بہتر کر
کر لے لگا۔ جب بی بی واپس اس کے بیچا تو میرا وزن نوے پونڈ ہو چکا تھا۔ یہ تقریباً یہ بھول
چکا تھا کہ میرے پیٹ کے اندر کچھ نا سہی تھے۔ میں نے اپنی زندگی میں کبھی اپنے آپ کو
اس سے بہتر محسوس نہیں کیا تھا اور دوبارہ اپنے کام میں مصروف ہو گیا۔ سورہ دن اور
آج کا دن تیری کبھی بیا رہیں پڑا۔

اس وقت امرلی پی ہین نے دھیس کیریا اور اس کی تکنیک کا نام بھی نہیں تھا۔ اس نے

حالیہ میں مجھے بتایا لیکن میں محسوس کرتا ہوں کہ میں لاشعوری طور پر اسی اصول پر عمل کر رہا تھا جس نے بدترین کو قبول کر لیا۔ جو میرے لئے موت تھا اور پھر میرے پاس جو زندگی باقی بچ رہی تھی اس سے میں نے زیادہ سے زیادہ فائدہ اٹھانے کی کوشش کی اور اس طرح اپنی حالت بہتر بنانے میں کامیاب ہو گیا۔۔۔۔۔ اس نے مزید کہا: اس میں شک نہیں کہ

اگر میں جہاد پر مبرا ہوتے گئے بعد بھی پریشان، اور افسردہ رہتا تو میرا مایوس سفر صند دھکے کے اندر ہی ہوتا لیکن میں نے سبم اور دماغ کو ڈھیلا چھڑوایا۔۔۔۔۔ میں اپنی تکلیف کو بھول گیا، اور اس مافی عورت نے میرے اندر ایک نئی قوت پیدا کر دی جس نے میری زندگی کو صحیح سلامت کناٹے پر پہنچا دیا، اور ل۔ پی۔ بی۔ اے۔ ۲۰ دید گیارہ سو نو دس دس تیس میں ہے، اگر وہیں کیمرے میں ہزار ڈالر ضائع ہونے سے بچا سکتا ہے۔ اگر نو یا رنگ ماجر ضرورت ہے گے گیز کو کتا ہے اور مشینیں اسی طلسمی ٹکڑے کو استعمال کر کے فی الواقع موت کے جھنگل سے نکل سکتا ہے تو کیا ممکن نہیں کہ یہ آپ کی چند شکایات کو بھی دد کر کے اداس آپ کے چند ایسے سائل کو جنہیں آپ لا نیکل سمجھتے ہیں، حل کر ڈالے۔

چنانچہ اصول یہ ہے کہ اگر آپ کو کوئی پریشانی کا مسئلہ درپیش ہو تو اپنے آپ سے تین باتیں پوچھ کر دیکھیں کہ میرے طلسمی ٹکڑے کو استعمال کیجئے۔

۱۔ اپنے آپ سے پوچھئے۔ بدترین کیا وقوع پذیر ہو سکتا ہے؟

۲۔ اگر کوئی ہے تو اسے قبول کرنے کے لئے تیار ہو جائے۔

۳۔ پھر سرکاری اور اطمینان کے ساتھ بدترین کو بہتر بنانے کی کوشش کیجئے۔

باب ۳۔ پریشانی کے نتائج

جو تاجسہر پریشانیوں کا مقابلاً نہیں کر سکتے۔ عسالم جوانی میں انتقال

کر جاتے ہیں۔۔ ڈاکٹر ایکس کیل

کچھ عرصہ پہلے ایک روز شام کے وقت میرے ایک پڑوسی نے میرے دروازے کی گھنٹی بجائی اور مجھ سے ادھر سے گھر والوں سے چپک کا ٹیکہ لگوانے پر اصرار کیا۔ وہ اسی ہزارویں رضا کاروں میں سے ایک تھا جو سارے نیویارک شہر میں لوگوں کے گھروں پر ان ٹیکہ لگوانے پر اصرار کر رہے تھے۔ خوفزدہ لوگ ٹیکہ لگوانے کے لئے گھنٹوں انتظار بنا کر کھڑے رہتے تب کہیں ان کی باری آتی ٹیکہ لگانے کے دناترینہ صرف پہنچاؤں پر آگ بھانے کے انجی گھروں، پوس چیکروں اور بڑے بڑے صنعتی کارخانوں میں بھی کھول دیئے گئے۔ ہزاروں سے زیادہ ڈاکٹر اور نرسیں بھاگ بھاگ دن لوگوں کے ٹیکے لگانے میں مصروف رہے اس سارے اضطراب کی وجہ بات صرف اتنی تھی کہ نیویارک میں آٹھ لاکھ چھپک کا شکار ہوئے تھے اور ان میں سے دو لاکھ انتقال ہو گیا تھا تقریباً اسی لاکھ کی آبادی میں دو اموات!

میں نیویارک میں تقریباً سینتیس سال سے مقیم ہوں لیکن آج تک کسی شخص کو بھی اتنی خوف نہیں ہوئی کہ مجھے پریشانی کے مرض سے متنبہ کرنے کے لئے میرے دروازے کی گھنٹی بجاتا۔ اور یہ ایک ایسا مرض ہے جس نے پچھلے ۲۷ برس میں چپک کی نسبت دس ہزار گنا زیادہ نقصان پہنچایا ہے۔

کسی گھنٹی بجانے والے یا دنگ دینے والے نے مجھے یہ نہیں بتایا کہ کیا تہلے مقدمہ امریکہ کی دس فی صدی آبادی اعضا کی نکت اور کشش کا شکار ہو جائے گی۔ کیونکہ ان میں سے اکثر لوگ پریشانیوں اور جذباتی الجھنوں میں گرفتار ہیں۔ چنانچہ میں یہ باب آپ کے دروازے پر دنگ دینے اور آپ کو متنبہ کرنے کے لئے لکھ رہا ہوں۔

ادویات کا نوبل پائزہ پانے والے فہرہ آفاق ڈاکٹر ایکس کیل نے کہا تھا: جو تاجر پریشانی کا مقابلہ نہیں جانتے۔ عالم جوانی میں موت کا شکار ہو جاتے ہیں اور یہی حال گھوڑاٹاکروں، خانہ داری کا کام کرنے والی ستورات اور مہملوں کا ہے۔

چند سال گزرے، مجھے اپنی تعلیمات میں سائنسی رویوں کے ناظم ڈاکٹر ادایف کوبر کے ساتھ ریاست میکسیکو اور میوینیکس کوپن موٹریں گھومنے کا موقع ملا۔ ان کا حقیقی جہدہ گلف کو لو رورڈ اینڈ سائنس ہسپتال ایسیسی ایش کا طبیب اعلیٰ صنف۔ باتوں باتوں میں پریشانی و غم کے نتائج و اثرات کا ذکر چل نکلا اور انہوں نے کہا کہ ”جو لوگ، ڈاکٹر دن اور طبیعوں کے پاس آتے ہیں ان میں سے ستر فیصدی اپنا علاج خود کر سکتے ہیں اگر وہ اپنے اہل اڈہ پریشانیوں سے چھٹکارا حاصل کر سکیں۔ میرا کہنے کا مطلب یہ نہیں کہ ان کے امراض تخیلی ہیں تو یہ کہتے ہمارے ساتھ تو ایک منٹ کے لئے بھی بہ قصور نہیں کر سکتا۔ ان کے امراض ایسے ہی حقیقی ہوتے ہیں جس قدر کہ شدید تم کا دانت درد، بلکہ بعض اوقات تو اس سے بھی زیادہ خطرناک ہوتے ہیں۔ ایسے امراض میں سے میرا اشارہ اعصابی یا بعضی، معدی یا مسوروں، شرڈ۔ بے خوابی، اختلاج قلب اور نالج وغیرہ کی طرف ہے۔

میرا مرض بالکل حقیقی ہے۔ جو کچھ میں کہہ رہا ہوں میں اس سے کبھی طرح واقف ہوں۔ کیونکہ میں خود بارہ سال تک معدی یا مسوروں میں مبتلا رہا ہوں۔

پریشانی کی حالت ڈرامہ خوف ہے۔ پریشانی آپ کی اعصابی کشمکش کا شکار بنا دیتی ہے اور آپ کے معدے کے اعصاب پر اثر انداز ہوتی ہے اور فی الحقیقت آپ کے معدی نژدے کو معتدل سے غیر معتدل میں تبدیل کر کے معدی یا مسوروں کے لئے جگہ چھوڑ کر دیتی ہے۔ اعصابی معدی تکلیف کے مصنف ڈاکٹر جوزف ماٹیکو بھی تقریباً یہی بات کہتے ہیں۔ وہ کہتے ہیں ”جو کچھ آپ کھاتے ہیں اس سے آپ کے معدے میں یا مسوروں پیدا نہیں ہوتے۔ بلکہ اس سے جو آپ کو کھارہ ہے۔

میوینیکس کے ڈاکٹر ڈبلیو سی ویلورز کہتے ہیں ”ناسور اکثر جذباتی کشمکش کی پھیلاؤں اور وادیوں کے مطابق بڑھتے گھٹتے رہتے ہیں۔“

اس بیان کو میوینیکس کے پندرہ ہزار مریضوں کے مطالعہ کی تائید حاصل تھی۔ تقریباً

ای فیصدہ لوگوں کے اعراض ہرگز کبھی قسم کے جسمانی زحمت کے سبب نہیں تھے! ان معدی
عارضوں اور ناسوروں کی فکر و مشیت عظیم، درد و خوف پریشانی، تفکر، الجھنیں، انحراف
خود غرضی اور حقائق کی دنیا سے اپنے آپ کو ہم آہنگ بنانے کی نااہلیت تھی.....
..... ناسور آپ کو عام کا سامنا کھاتے ہیں۔ جمیدہ لائف کے بیان کے مطابق وہ

ہلکی ہلک بیماریوں میں دوسری نمبر پر ہیں۔

حال ہی میں میری خط و کتابت میوکلینک کے ایک اور ڈاکٹر میوکلینک سی ہا میں
کے ساتھ ہوئی ہے۔ انھوں نے معنوقطبیوں، ڈاکٹروں اور برحقوں کی امریکی انجمن کے
سالانہ جلسہ ایک سال پہلے چارلس میوکلینک نے بتایا کہ میں نے ۷۶ کا رولر ہیر
خستہ کھینک کا مطالعہ کیا۔ ان کی اوسط عمر ۴۴ سال تھی۔ مکمل تشخیص کے بعد معلوم ہوا
کہ ان لوگوں میں سے ایک تہائی سے زیادہ اعصابی زندگی کے حق مخصوص
عوارض — معدی ناسور، اختلاج قلب، خون کا دباؤ — میں سے کسی
ایک میں مبتلا تھے۔ اس پر فوراً غور کیجئے کہ ہمارے ایک تہائی کا روباری تنظیمیں بنائیں
سلا کی عمر تک پہنچنے سے قبل ہی اختلاج قلب، ناسوروں اور خون کے دباؤ میں متلا ہو جاتا
ہے۔ کامیابی کی کتنی بڑی قیمت! اور وہ تو کامیابی کو خرید بھی نہیں رہے کیا کوئی شخص
کامیاب ہو سکتا ہے جو کاروبار میں اپنی ناسور اور اختلاج قلب خرید رہا ہو، اگر کوئی
شخص ساری دنیا کا بھی مالک بن جائے لیکن اپنی صحت سے محروم ہو جائے تو اسے کیا
فائدہ حاصل ہوگا ہمارے دنیا کا مالک ہونے کے باوجود ایک وقت میں صرف ایک
بستر پر سو سکتا ہے اور ایک دن میں صرف تین بار کھانا کھا سکتا ہے۔ یہ چیزیں ایک
مزید رکھی جیسا آسکتی ہیں — اور غالباً ایک اعلیٰ افسر کی نسبت زیادہ گہری زبرد
سوکتا ہے اور اپنے کھانے سے زیادہ لطف اندوز ہو سکتا ہے سچی بات یہ ہے کہ میں
ابہامی جا کر کھیتوں میں مزدوری کر سکتا ہوں اور منے سے گھٹنے پر رکھ کر کتا بچانے کی بھیج

دول گا بیکن یہ گواہی نہیں کر سکتا کہ ایک رعبہ سے لائن یا سگریٹ کہنی قائم کرنے کا کوئی شیٹش
میں اپنی صحت کا دلیلا نکال سوں۔

سگریٹوں کے ڈوگر سے مجھے ایک واقعہ یاد آ گیا۔ دنیا میں سگریٹوں کا سب سے بڑا صنعت کار
کینیڈا کے جنگلات میں تعینات کرتے تھے لے گیا بیکنی حرکت قلب بند ہو جانے کی وجہ سے
ہی انتقال کر گیا۔ ابھی اس کی عمر ہی کیا تھی۔ صرف آٹھ برس۔ اس نے لاکھوں کما ئے۔
بیکن اپنی زندگی کے بہترین سال نام نہاد کاروباری کامیابی کی جینٹل پڑھا کر۔

پیرے خیال کے مطابق سگریٹوں کے اس منیکم صنعت کار اور اس جیسے لاکھوں دیگر
لوگوں کی زندگی میں اس سے آدھی کامیابی بھی حاصل نہیں ہوئی، جس قدر میرے والد مرحوم کو۔
وہ ریاست مسوری میں کاشتکاری کرتے تھے۔ انہوں نے نو اسی سال کی عمر میں انتقال کیا
اور مرتے وقت ان کے پاس پچھوٹی کوڑا کا ٹکڑا نہیں تھی۔

شہرہ آفاق میو جھائیوں نے اعلان کیا تھا کہ ہمارے صہیت لوں کے نصف سے زیادہ
بستر اعصابی سرعینوں سے بھرے ہوئے ہیں لیکن پوسٹ مرٹم کرتے وقت جب کئی طاقتور
خود بین کی مدد سے ان لوگوں کے اعصاب کا معائنہ کیا جاتا ہے تو اکثر حالات میں ان کے
اعصاب اتنے ہی صحت مند و تندرست نظر آتے ہیں جی قدر کسی پھلوں کے ماح کے
اعصابی عوارض کی قوت ان کے اعصاب کا جسمانی انحطاط نہیں ہوتا۔ بلکہ بالواسطہ، فکری
شکست کا فوکلہ، غم، خوف اور ڈر کے جذبات ہوتے ہیں۔ ان فکری طوں کہتا ہے
میلہ ہوں کی سب سے بڑی غلطی یہ ہے کہ وہ ذہن کی طرف توجہ دیتے بغیر جسم کا علاج کرنے کی
کوشش کرتے ہیں لیکن جسم اور دماغ کو ایک دوسرے سے الگ نہیں کیا جا سکتا۔ اور نہ ہی
ان کے ساتھ علیحدہ علیحدہ سلوک کیا جا سکتا ہے۔

تیس سو سال گزر جانے کے بعد علم طب اسی زبردست حقیقت کو با سکا ایک نئی
قسم کا علم طب شروع ہو رہا ہے جسے طبیاتی جسمانی طب کہلاتا ہے۔ اور ایک وسیع علم

طلب ہے جو بیک وقت جسم اور دماغ دونوں کا علاج کرتا ہے اس کے یروان پڑھنے کے
 ٹھیکہ میوزنل ترین وقت ہے کیونکہ علم طب نے جسمانی جو انجیم سے پیدا ہونے والی خونخوار
 بیماریوں سے بچنے کا، ہیضہ، زہر بخار اور ہزاروں دوسرے امراض کا جو ہر سال لاکھوں
 انسانوں کو موت کے گھاٹ اتار دیتے تھے۔ کافی حد تک خلع قح کر دیا ہے۔ لیکن علم طب ان
 جسمانی اور روحانی امراض کا علاج کرنے سے قاصر ہے جو ہر انجیم سے نہیں بلکہ ڈر، خوف، فکر
 پریشانی، غصہ، تنگست اور مایوسی کے جذبات سے پیدا ہوتے ہیں۔ ان جذباتی بیماریوں
 کے ساخت میں نہایت خونخوار رفتار کے ساتھ مدد بروئے اضافہ ہوتا جا رہا ہے۔
 ڈاکٹروں کے علاوہ شمار کے مطابق ہر مہینہ زندہ امریکیوں میں سے ایک شخص اپنی زندگی
 کا حقوڑا بہت جلد دماغی امراض کے ہسپتال میں بسر کرتا ہے۔ دوسری جنگ عظیم میں ہر چھ
 نوجوانوں میں سے ایک کو دماغی اعتبار سے بیمار یا ناقص قرار دے کر مسترد کر دیا گیا تھا۔

جنون کی حالتیں لیا ہیں، کوئی شخص بھی سارے اسباب جاننے کا دعویٰ نہیں کر سکتا۔ لیکن
 اکثر حالات میں خوف اور فکر اداویہ صفا مرہوتے ہیں، افسردہ، پریشان اور متفکر انسان
 اس حقائق کی بے رحم دنیا سے پیٹنے میں نااہل ہوتا ہے، وہ اپنے ماحول اور گرد و پیش کے ساتھ
 اپنے آپ کو ہم آہنگ نہیں کر سکتا۔ وہ پہاڑ اختیار کر کے اپنی تخیلی دنیا میں پناہ ڈھونڈتا ہے
 جو اس کی پریشانیوں اور الجھنوں کو کسی حد تک حل کر دیتی ہے۔

اس وقت جب میں یہ بات لکھ رہا ہوں، میرے سامنے میز پر ڈاکٹر ایڈورڈ پوڈولسکی
 کے کتاب تفکرات اور تند رستی پڑی ہے۔ اس کتاب کے چند ابواب یہ ہیں :-

تفکرات کے دل پر کیا اثرات ہوتے ہیں۔

تفکرات سے خون کا مبادو بڑھ جاتا ہے۔

تفکرات جیسے کی علت بن سکتے ہیں۔

ہم اپنے معدے کے خاطر تفکرات کو کم کیجئے۔

تفکرات سے نہ کام اور نزلہ کیسے ہوتا ہے۔

تفکرات اور غم و دکھ کی بیماریاں۔

نکمر سے ذیابیطس کا انتقال۔

پیشانیوں اور تفکرات کے متعلق ایک دوسری مفید اور توفیقی کتاب انسان۔ اپنا دشمن آپ ہے۔ اس کتاب کے مصنف ڈاکٹر کارل نینگر ہیں اور طب و ماغی ملے میو سٹون میں سے ایک ہیں۔ ڈاکٹر نینگر کی کتاب ان حیرت انگیز حقائق کا انکشاف کرتی ہے۔ جب آپ ہلکے جذبات کو اپنی زندگی پر غالب آنے دیتے ہیں اس وقت آپ اپنے ساتھ کیا دشمنی برت رہے ہوتے ہیں اگر آپ یہ چاہتے ہیں کہ جو جذبات آپ کے خلاف کار فرمایند آپ ان کا خاتمہ کر ڈالیں تو اس کتاب کو ضرور خریدیں۔ خود پڑھیں اپنے دوستوں کو دیجئے اس کی قیمت صرف چار ڈالر ہے اور آپ کے یہ ڈالر ضائع نہیں ہونگے۔ انکا رولڈ اسٹس۔ بے حس اور رائیل قسم کے انسانوں کو بھی بیمار بنا دیتے ہیں۔ جبرل گراٹھ اس حقیقت کو خانہ جنگی کے آخری دنوں میں مجھ سے کہانی یوں بیان کی جاتی ہے کہ جبرل گراٹھ نے نوہمیں سے رہانڈ کا محاورہ کر رکھا تھا جبرل لی کے سپاہی شکست خوردہ نڈھال اور بھوک سے مبتلا تھے ان کے حوصلے پست ہو چکے تھے۔ بعض لوگ اپنے غموں کے اندر جا کر دعائیں مانگتے اور گریہ و زاری کرتے لگے۔ انہیں وشتناک خواب دکھائی دینے لگے۔ آخر انجام کی گھڑی آچھی۔ لی کے سپاہیوں نے سردی کی بازی لگا کر روٹی اور تبا کو کے ذریعہ کنڈر آتش کر دیا۔ میگزین اور بارود بھلا ڈالا۔ اور خود رات کے وقت شہر سے بھاگ کر کھڑے ہوئے۔ جب رات کی تاریکی میں آگ کے شعلے اٹھ اٹھ کر آسمان سے باہر کرنے لگے گراٹھ کو ان کے ذرا کچھ جلا اور اس نے نہایت برق رفتاری کے ساتھ ان کا تعاقب کیا۔ وہ کنڈر ریٹ کے سپاہیوں کو دائیں بائیں اور عقب میں مارنے پہنچے آگے بڑھ رہے تھے اور سویڈن کے سپاہی انہیں بھاگ کر ریو سے لائنوں کو توڑنے پھوڑنے اور سڑکی کاڑھیں پھیند

کرنے میں مصروف تھے۔

گزشتہ چند سرد درے نیپا لگی ہو رہا تھا۔ اپنی فوج سے بہت پیچھے پہنچ گیا اور ایک خدوم ہاؤس پر ٹھہر گیا۔ وہ اپنی آپ بیتی لکھتا ہے میں نے گرم پانی اور رانی میں اپنے پاؤں دھوئے، اپنی کھڑکیوں اور کونوں کی پشت پر رانی کی یوپ کرنے اور اس امید میں کہ صبح تک ٹھیک ہو جاؤں گا ساری رات جاگ کر گزار دی۔

انگلی کا اس کی حالت جھٹ پٹ ٹھیک ہو گئی۔ لیکن اسے صحت یاب کرنے میں رانی کی یوپ کا کوئی حصہ نہیں تھا بلکہ ایک خط تھا جو ایک سردار سرپرست گھوڑا دلاتے ہوئے اس کے لئے لایا تھا اور جس میں اس نے ہتھیار ڈالنے کی خواہش ظاہر کیا تھا۔

گمراہ بھگتا ہے۔ جب پینا لہنے والا افسر میرے پاس پہنچا، میرے سر پر ابھی تک شدید درد ہو رہا تھا لیکن جو بھی میں نے نفسی معنوں پر دھا فوراً آرام آ گیا۔

صاف ظاہر ہے کہ گزشتہ کی پریشانیوں، فکر وں اور جذباتی الجھنوں نے اسے بیمار کر دیا تھا جو پھر اس کے جذبات میں خود اعتمادی کا میاں اور فتح کے اثرات پیدا ہوئے اسے آرام آ گیا۔

اس کے ستر سال بعد وہ صفر و بیست کی کابینہ کے نائب زیر کار جہنزی لکھنؤ کو مسلم بٹاکا لکھنؤ اور پریشانیوں اس قدر اسے دق کرتی ہیں کہ وہ سربراہ اور بدحواس ہو جاتا ہے۔ اپنی ڈائری میں لکھتے ہیں جب صدر نے گندم کی قیمتیں بڑھانے کے لئے ایک دن میں چوالیس لاکھ بوریال خریدوائیں میں سخت پریشان ہوا۔ جب پولیس جا رہی تھی۔ میں پانچ اس قدر بدحواس اور صدمہ تھا کہ مجھ سے برداشت نہ ہو سکا۔ چلا کر گھر چلا گیا۔ اور بچ کے بعد دو گھنٹوں تک سوتا رہا۔

لکھنؤ میں یہ مسلم کرنا چاہوں کہ پریشانیوں اور نکلنے لوگوں پر کیا اثرات چھوڑتی ہیں تو مجھے کئی بری می یا کسی ٹیپ کے پاس جانے کی ضرورت نہیں! اس کتاب لکھتے وقت میں اپنے

مکان کے دو بچے ہیں سے باہر دیکھ سکتا ہوں۔ سامنے کے بلاک میں مجھے ایک مکان نظر آ رہا ہے اس کا مالک پریشانیوں کی وجہ سے اعصابی تنکست کا شکار ہو چکا تھا۔ اس کے پاس ایک دوسرا مکان ہے جس کا مالک ٹکڑوں کی وجہ سے ذیابیطس میں مبتلا ہو گیا۔ شاگ مارکیٹ کے کرجانے کی وجہ سے انکے خون اور پیشاب میں شکر بڑھ گئی اور اسے یہ مرض لاحق ہو گیا۔ جو یہ شہور عالم خراسانی مغلہ مانتیں اپنے آبائی شہر بلور دیور کا میٹر منتخب ہوا تو اس نے اپنے ہونٹوں کے سامنے تقریر کرتے ہوئے کہا "میں آپ کے سائل کو اپنے داغ میں تو جگہ دے سکتا ہوں لیکن انھیں اپنے جگہ اور پھیپڑوں میں رکھنے کے لئے تیار نہیں ہوں۔ میرے اس پردہ کی نے شاگ مارکیٹ کے مسلوں کو اپنے خون میں جذب کر لیا تھا۔ اور اس طرح اپنے آپ کو تقریباً ہلاک کر ڈالا۔"

پریشانیوں اور سائنس میں آپ کو کچھ اور وجع المغاقل میں مبتلا کر کے آپ کو ہشیم کے لئے گڑبگڑی میں پھینک کٹی ہیں۔ کارنیل یونیورسٹی میڈیکل سکول کے پروفیسر ڈاکٹر رسل ایلم سیسل وجع المغاقل کے مشہور عالم ماہر خصوصی ہیں۔ انھوں نے چار عام حالات کا ذکر کیا ہے۔ جو وجع المغاقل رجحانوں کا درد) سے موجب بنتے ہیں۔

۱۔ ازدواجی شکر بخیال اور جھگڑے

۲۔ مالی اذکار و مصائب

۳۔ تنہائی اور پریشانی

۴۔ طویل نفرت

قد رتائیں چاروں مذہباتی صورتیں وجع المغاقل کا موجب نہیں ہوتیں۔ مختلف علتوں اور وجہوں کی بنا پر وجع المغاقل کی مختلف قسمیں ہیں لیکن عموماً چار حالتیں دہی ہوتی ہیں۔ جن کا ذکر ڈاکٹر رسل ایلم سیسل نے کیا ہے۔ مثلاً مردبازاری کے دنوں میں میرے ایک دوست کی حالت اس قدر تلی ہوئی کہ گیس کمپنی نے گیس بند کر دی اور بینک نے مکان کے

رہی۔ سے عزم کر دیا۔ اس کی بیوی پر چاکھ دہج المفاصل کا حملہ ہو گیا اور ہر قسم کے علاج معالجے کے باوجود ان کی مایہ حالت کے بہتر ہونے تک اسے کوئی افادہ نہ ہوا۔

پریشانیوں و دانتوں کو بھی کمزور کر سکتی ہیں۔ ڈاکٹر ٹیم آئی۔ ایل سیگلنگٹن نے امریکی انجمن دندان کے سامنے تقریر کرتے ہوئے کہا تھا کہ پریشانی، خوف، ڈر، نفرت، سلامت، تحکم یعنی

وغیرہ سے پیدا شدہ ناخوشگوار عذابات جسم کے کیلسیم توازن کو بگاڑ کر دانتوں کو کمزور کر سکتے ہیں۔ ڈاکٹر ریڈنگٹن نے اپنے ایک مریض کا ذکر کیا جس کے دانت بالکل ٹھیک اور مضبوط تھے۔ اچانک اس کی بیوی بیمار پڑ گئی اور وہ بڑا پریشان رہنے لگا اس کی بیوی تین ہفتے تک ہسپتال میں رہی۔ اس عرصے کے دوران میں اس کے دانتوں میں نو خلائیاں اُبھ گئیں جو پریشانیوں کا پیداوار تھیں۔

کیا آپ کبھی ایسے شخص سے ملے ہیں جس کے غذا و درقید غیر معمولی سرعت سے ظام کرتے ہوں؟ میں ملا ہوں اور آپ کو بھی بتا سکتا ہوں کہ یہ غذا کا پختہ ہونے، پختہ ہونے سے ہی اور اس طرح نظر آتے ہیں جیسے سکرات موت طارنا ہو۔ اور اس کا انجام بھی ہوتا ہے۔ غذا و درقید سارے جسم کی تنظیم کرتے ہیں اور پھر جب یہ حد سے زیادہ حرکت ہونے کے بعد بندھا رہ جاتا ہے تو یہ دل کی حرکت تیز کر دیتے ہیں اور اس کا بدن کو لو سے بھری ہوئی آکسیجن کی طرح دیکھنے لگتا ہے اور اگر اس کا آپریشن یا علاج معالجے کے ذریعے تدارک نہ کیا جائے تو یہ انسان کو موت کے دروازے تک پہنچا دیتا ہے اور وہ خود کو بھسم کر دیتا ہے۔

کچھ عرصہ ایم ایپنیل دوست کے ساتھ ملاطفت کیا گیا وہ اس بیماری میں مبتلا تھا۔ وہاں کم اس شہرہ آفاق ماہر عمومی سے مشورہ لینے گئے تھے۔ اسے اس قسم کے امراض کے سوا تیس سال کا تجربہ حاصل ہے۔ آپ کے خیال میں اس نے کس قسم کی ہدایات سکڑائی کئے جو کھٹے میں جڑا کر اپنے ”استفراغ خانے“ میں گوارا کھی ہوں گی اس کے انتظار خانے

میں مندرجہ ذیل ہدایات شک رہی تھیں اور تمام مرنے بآسانی دیکھ سکتے تھے۔ ہمیں بیٹھے بیٹھے میں نے انھیں ایک لفافے کی پشت پر نقل کر لیا تھا۔

آرام اور تفریح

”صحت مند مذہب، نیند، موسیقی اور تہذیب نہایت سکون بخش اور تفریحی قوتیں ہیں، خدا پر ایمان رکھو۔ اچھی طرح سونا سیکھو۔“

اچھی موسیقی سے پیار کرو۔ زندگی کے مزاجید پہلو پر نظر رکھو۔

پھر صحت، راحت اور تندرستی تمہاری ہو کر رہی گی۔

ڈاکٹر صاحب نے میرے دوست سے سوال کیا: آپ کی اس حالت کی ذمہ دار کونسی جذباتی گڑبڑ ہے؟ اس نے میرے دوست کو متنبہ کیا کہ ”اگر آپ نے‘‘۔ وہ وہ پریشان ہونا چھوڑنا تو بہت سی دوسری الجھنیں آپ پر غالب آجائیں گی جیسے اختلافِ قلب، معدی ناس، دل جل، خیرہ“۔ اس ممتاز ڈاکٹر نے کہا کہ ”یہ سب بیماریاں آئینے و مر کی پچاڑا نہیں ہیں۔“ یقیناً وہ چارہ ادا نہیں ہیں۔۔۔ سب کی سب پریشانیوں اور غشوں کی پیداوار ہیں۔

جب میں نے مشہور میگزین میں آپرٹن سے ملاقات کی تو اس نے مجھے بتایا۔ میں ہمہ گیر بہت انا اور متفکر نہیں ہوتی۔ کیونکہ پریشانیوں اور افکار پر لیتی تصدیق میں میری غلط ترین حدیث۔۔۔ میری دلکش صورت۔۔۔ کاستیا ناس کر دیگا۔“ اس نے مجھے بتایا۔ جب میں نے شروع شروع میں متحرک تصدیقوں میں کام حاصل کرنے کی کوشش کی تو بہت افسردہ اور پریشان تھی۔ میں ابھی ابھی ہندوستان سے آئی تھی اور لندن کی کسی کو بھی نہ جانتی تھی جہاں میں کام تلاش کرنے کی کوشش کر رہی تھی۔ میں کچھ پردہ بوسروں سے ملی لیکن کسی نے بھی مجھے کام دینا گوارا نہ کیا۔ میرے پاس جو تھوڑی بہت بچی تھی وہ ختم ہونے لگی۔ دو ہفتے تو میں نے صحت کرنے کے بلکل

اور پانی پر گزارہ کیا۔ میں افسردہ اور پریشان ہی تھی بلکہ بھوک سے بھی بلبلا رہی تھی ایک دن میں نے اپنے تئیں کہا۔ ممکن ہے تم احمق ہو۔ شاید تمہیں سکین پر جانے کا کبھی موقع ہی نہ ملے۔ تم بالکل ناجائزہ کار سو تم نے کبھی اداکاری نہیں کی۔ اور تمہارے پاس ایک خوبصورت چہرے کے سوا ہے ہی کیا؟ میں آئینے کے قریب گئی اور جب اپنی صورت دیکھی تو مجھے یہ دیکھ کر بڑا تعجب ہوا کہ پریشانیوں اور فکروں نے میری دیکھی کو بھی بگاڑ دیا ہے میرے چہرے کی کیکڑی بنا رہی تھیں کہ میرے نقوش دھندلے پڑتے جا رہے ہیں۔ اپنے پریشان چہرے کو دیکھ کر میں نے اپنے تئیں کہا، تمہیں اس روش کو ترک کرنا ہو گا تم افسردہ اور پریشان نہیں رہ سکتیں، تنہا رہی دیکھ صورت ہی تو تمہاری واحد ملکیت ہے اور افسار دلائم اسے بھی بگاڑ دیں گے؟

ہمت کم چیزیں اتنی جلدی صورت کو بڑھا پائے کی منزل تک پہنچا سکتی ہیں یا اس کے خدو خال بگاڑ سکتی ہیں جن نذر کہ فکریں اور پریشانیاں۔ ترددات چہرے کو منجمد بنا دیتے ہیں۔ ان سے جبرے سلنگ جاتے ہیں اور چہرے پر چھریاں پڑ جاتی ہیں۔ یہ بھی مستقل طور پر۔ مزاج، تنخ اور ترش رو بنادیتے ہیں، ہمارے بال سفید ہونے لگتے ہیں۔ اور بعض اوقات تو وہ کہہ سکتے ہیں، خدو خال کی دیکھی، رضائی اور حسن و خوبصورتی جاتی رہتی ہے۔ اور ہر جلد پر پلٹتے، بیٹے، خارش، پھوڑے، پھنسیاں اور جھاسے پیدا ہو جاتے ہیں۔ آج کے امریکی اختلاجات قلب، امراضی اول نمبر پر ہے۔ دوسری جنگ عظیم میں کوئی ساڑھے تین لاکھ انسان میدان کار مارا۔ میں ہلاک ہوئے تھے۔ لیکن اسی دوران میں اختلاجات قلب نے کوئی بیس لاکھ انسانوں کو موت کی داد دی وہ بیکسل دیا۔ اور ان میں دس لاکھ انسان ایسے تھے جن کے اختلاجات قلب کی علتیں محض اسکا پریشانیاں، الجھنیں اور اعصابی کشمکش تھیں۔ جی ہاں اختلاجات قلب نیز رنسا موت کی ایک بڑی وجہ ہے۔ اسی لئے ڈاکٹر سلیکسن کاہل نے کہا تھا۔ جو تاجر پریشانیوں کا مقابلہ کرنا نہیں جانتے وہ عالم

جوانی میں انتقال کر جاتے ہیں۔

جنوب کے جیشیوں اور چینیلوں کو شاذ و نادر ہی اس نوعیت کا عارضہ قلب لاحق ہوتا ہے جس کی قلت پریشانی اور درد ہو۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ وہ اپنا کام انتہائی کمزور کے ساتھ کرتے ہیں۔ کھیت مزدوروں کی نسبت بس گھٹ زیادہ ڈاکٹر حرکت قلب بند ہونے کی وجہ سے مرتے ہیں۔ ڈاکٹر بہت کشش کی زندگی بسر کرتے ہیں۔ اور یہ اس کا برا نہ بھرتے ہیں۔

ولیم ہیز لکھتا ہے۔ ”اللہ تعالیٰ ہمارے گنا بخش دیتا ہے لیکن اعصابی نظام بھی معاف نہیں کرتا۔“

یہ ایک بوکھلا دینے والی اور تقریباً ناقابل یقین حقیقت ہے کہ بیماریوں سے ہر سال اتنے امریکی نہیں مرتے جس قدر کہ وہ خود کشی سے مرتے ہیں۔ کیوں؟ اس کا جواب ہے ”پریش نیاں اور الجھنیں“

جب چین کے ظالم جگمگر رہنا اپنے قیدیوں کو ستانا اور اذیت دینا چاہتے تھے تو وہ ان کے ہاتھ پاؤں باندھ کر پانی کے ایک ٹپ کے نیچے بٹھا دیتے تھے جس سے مسلسل قطرہ قطرہ پانی ٹپکتا رہتا تھا۔۔۔۔۔ ٹپ ٹپ ٹپ۔۔۔۔۔ دن رات ٹپکتا تھا۔ پانی کے یہ قطرات سر پر سوتاڑ ٹپکنے سے ایسا سحلم ہونے لگتا تھا جیسے ہتھوڑے کی ضربیں پڑ رہی ہوں۔ اس طریق کار سے لوگوں کے ہر شے دھواں اڑا مل جاتے تھے۔ اذیت کا یہ طریقہ سپا نوزی انتساب اور ہٹلر کے جرم اجتماعی کیسوں میں بھی اختیار کیا گیا تھا۔

پریش نیاں اور الجھنیں قطرہ قطرہ پانی ٹپکنے کے مانند ہیں، پریشانیوں کی یہ مسلسل ٹپ ٹپ انسانوں کو جین اور خود کشی کے طرے دھکیل دیتی ہے۔

جب یہ سواری میں ایک جیپا لٹکا تھا تو یہی پادری جی سنڈے کی تقریر سن کر محبت سے نیم مڑھ ہو گیا۔ اس نے اپنی تقریر میں اگلی دنیا کے جہنم کی آگ اور عقوت کا ذکر

کیا تھا لیکن اس خیال دنیا کے جہنم کی آگ کا کبھی تذکرہ نہیں کیا جس کی ذمہ دار ساری مچھلیں اور پریشانیاں ہوتی ہیں۔ مثلاً اگر آپ انکار و آلام کے مریض دیرینہ ہیں تو ایک روز آپ اس قدر شدید درد محسوس کریں گے جو کسی انسان کو شاید ہی لاحق ہوگا اور یعنی آپ کے سینے میں بہت بڑی شر و غم ہو جائے گی۔

میرے دوست! اگر کبھی آپ اس کے پنجے میں گرفتار ہو گئے تو آپ درد سے جینیں چلائیں گے اور منہ کی چیخوں کی آواز اس طرح سنائی دیگی جس طرح دانستہ کے جہنم میں ”کھاؤں کی رزق میں بچوں کی صدائیں نکلتی ہیں۔ پھر آپ فریاد کریں گے۔ ”اوہ خدا یا، اے میرے خدا! اگر اب کی بار تو مجھے اس سے نجات دلا دے تو پھر میں کبھی پریشان اور رنجیدہ نہیں ہوں گا۔ کبھی بھی نہیں۔“ (اگر آپ کے خیال میں یہ باتیں بے فائدہ لگتی ہیں تو کسی ڈاکٹر سے پوچھ لیجئے)

اگر آپ کو زندگی کے ساتھ پیار ہے، اگر آپ زیادہ سے زیادہ غم نہ تک زندہ رہنا اور اچھی زندگی اور اچھی محبت سے لطف اندوز ہونا چاہتے ہیں تو پھر آپ کو اپنے مقصد کی تکمیل کے لئے ڈاکٹر الیکسیس کارل ہی کے الفاظ ”پڑے“ جو لوگ جدید قسم کے شہر کے شور و غل کے میں درمیان اپنا قلبی سکون برقرار رکھ سکتے ہیں وہ اخصاۃً امرانی سے محفوظ رہتے ہیں۔“

کیا آپ جدید طرز کے شور و غل کے درمیان اپنا قلبی سکون برقرار رکھ سکتے ہیں؟ اگر آپ ایک نارمل انسان ہیں تو اثبات میں ہوگا۔ یقیناً اثبات میں ہوگا کہ میں سے اکثر اچھے اپنے انداز سے کہیں زیادہ مضبوط اور توانا ہوتے ہیں۔ ہم ایسے داخلی ذرائع کے مالک ہیں جنہیں ہم نے کبھی استعمال نہیں کیا۔ تھوڑے روز اپنی زندہ جاوید کتاب ”والڈن“ میں لکھتا ہے: ”شعوری جدوجہد کے ذریعہ زندگی کو فریادوں تک پہنچانے کے لئے مجھے انسان کی سہولت کے سوا کسی دوسری سہولت اخراج حقیقت کا علم نہیں۔ اگر کوئی شخص

خود اعتمادی اور خلوص کے ساتھ اپنے خوابوں کی منزل کی طرف قدم بڑھاتا ہے اور اپنے تخیل کے مطابق اپنے زندگی کو ڈھالنے کی کوشش کرتا ہے تو وہ ایسی کامیابی سے بہکنا رہو گا جو عام حالات میں ناقابل توجہ سمجھی جائے گی :

مجھے پورا یقین ہے کہ اس کتاب کے اکثر ناظرین اس قدر قوت ارادی اور داخلی ذرائع کے مالک ہوں گے جس قدر کہ اولنگا۔ کے بارہ دے ہے۔ اس ناپتہ یکس ۸۹۲ میل پورے اٹیس لاد ساموہا ہے اسے معلوم ہوا کہ وہ زندگی کے انتہائی المناک لمحات میں بھی اپنی پریشانیوں اور اطمینانوں سے پچھپچھا چھڑا سکتا ہے۔ اگر ہم اس کتاب میں نوشتہ اصولوں پر عمل کریں تو مجھے یقین ہے کہ آپ اور میں بھی ایسا کر سکتے ہیں۔ اولنگا کے بارہ دے کی کہانی خود اس کے الفاظ میں سنئے جو اس نے مجھے لکھ کر بھیجی تھی۔ ساڑھے آٹھ سال ہوئے مجھے سرطان کے مرض میں گھل گھل کر مرنے کا شردہ سنایا گیا۔ ملک کے بہترین طبی دانوں۔ سیربراوان۔ نے اس سزا کی توثیق کر دی، میں ایک اندھیرے کوچے میں تھی، کچھ کھانا نہیں دیتی تھی اور انجام سامنے نظر آ رہا تھا! میں نوجوان بھی اور مرنا نہیں چاہتی تھی۔ سائیوی کے عالم میں میں نے اپنے فائلر کو کیلوگ میں ٹیلیفون کیا اور اسے اپنے دل نا ابدی سے آگاہ کیا اس نے ذرا بیچین ہو کر مجھے ملاست کی۔ تمہارے اندر قوت مدافعت نہیں! اگر تم جینجی رہو گی تو ضرور جاؤ گی کیونکہ بدترین تم پر غالب آچکا ہے۔ بہت اچھا۔ حالات کا مقابلہ کر دو! فکر کرنا چھوڑ دو۔ اور پھر اپنے متعلق کچھ سوچو! اسی وقت میں نے قسم لکھا، اس قدر بخیرہ اور جی تی قسم، کہ میرے ناخن میری کھال کے اندر گھس گئے اور میرا روال روال کانٹے لگا۔ مٹی نکر مندا اور اسرودہ نہ رہوں گی! میں ہرگز نہیں چلاؤں گی! اگر کوئی بات غور کرنے کے قابل ہے، تو میں غور کروں گی اور فتح میری ہوگی! میں زندہ رہوں گی!

مجھ جیسے دیرینہ مریضوں کا جب میڈیم سے علاج نہیں ہو سکتا تو تین دن تک ساڑھے

منٹ روز انکس رے سے علاج ہوتا ہے مجھے سارے چھ روز منٹ روزانہ کے حساب سے انچاس دن تک انکس رے دیا گیا۔ اگرچہ میرے کمزور اور نحیف جسم میں ہڈیاں اس طرح کڑکڑا رہی تھیں جس طرح پہاڑی پر چٹائی ٹیکن میں ذرا بھی برخیدہ اور پریشان نہ ہوئی میں ایک فغہ نہیں چلائی! میں مسکراتی تھی اور حقیقت میں نے اپنے اچھو مسکرانے پر جو کیا تھا میں اتنی احمق نہیں ہوں جو یہ سمجھ لوں کہ محض مسکرانے سے سرطان کا علاج ہو سکتا ہے۔

لیکن میرا یقین ہے کہ خوشگوار ذہنی رویہ جسم کو مرض کا مقابلہ کرنے میں مدد دیتا ہے۔ ہم میں نے سرطان کے جھوٹی علاج کا تجربہ حاصل کیا: کھلے چنڈ سالوں سے میری محنت مٹتی اچھی ہے اتنی کبھی بھی نہیں رہی۔ میں اپنے ڈاکٹر میک کینفری کے ان لٹکارنے والے الفاظ کی شکوہ ہوں۔ حقائق کا مقابلہ کرو، فکر کرنا چھوڑ دو اور پھر اپنے متعلق کچھ سوچو!

میں اس باب کو ڈاکٹر ایکس کارل کے الہی الفاظ پر ختم کرنا چاہتا ہوں جن کا انا ذکر کیا تھا۔ جو تا جس پریشانی کا مقابلہ نہیں جانتے وہ عالم جوانی میں انتقال کر جاتے ہیں۔

رسالت، محمد مصطفیٰ اللہ علیہ وسلم کے پر جوش مقلد قرآن مجید کی آیات کو اپنے سینوں میں محفوظ کر لیتے ہیں۔ میں چاہتا ہوں کہ اس باب کا عنوان ہر تار کی سیخ میں منقوش ہو جائے۔

میں جتنا پریشانی کا مقابلہ کرنا نہیں جانتے عالم جوانی میں انتقال کر جاتے ہیں۔

کیا ڈاکٹر کارل نے یہ الفاظ آپ کے متعلق کہے ہیں؟

نہیں ہے کہ ایسا ہی ہو!

حصہ اول

چند بنیادی حقائق

خلاصہ

اصول ۱:- اگر آپ پریشانیوں سے گریز کرتا چاہتے ہیں تو سرولیم
اسر کے الفاظ پر عمل کیجئے۔ ”دن روک کروں“
میں رہیئے، مستقبل کے متعلق فکر نہ کیجئے۔ ہر روز صوف
سونے کے وقت تک زندگی بسر کیجئے۔

اصول ۲:- پھر جب عجائب و مشکلات آپ پر یکبارگی ہتہ بول
دیں تو دلیں۔ ایچ کیرئر کے فارمولے کو آزمائیئے:-
۱: اپنے آپ سے پوچھیئے اگر میں اس مسئلہ کو حل
نہ کر سکا تو بدترین نتائج ہو سکتے ہیں؟
ب:- اگر ضرورت پڑے تو بدترین کو ذہنی طور پر قبول
کرنے کے لئے تیار رہیئے۔

ج:- پھر سکون و اطمینان کے بدترین کو بہترین بنانے کی کوشش
کیجئے۔ جسے آپ ذہنی طور پر پہلے ہی قبول کر چکے ہیں۔

اصول ۳:- اپنے آپ کو اس گراں قیمت کی یاد دہانی کرائیئے جو آپ کی
پریشانیوں کے عوض اپنی محنت دے کر ادا کرنی پڑتی ہے۔
اور مست بھولے کہ ”جو تاجر پریشانی کا مقابلہ کرنا نہیں جانتے
عالم جوانی میں مرجاتے ہیں“

حصہ دوم

پریشانیوں کا تجزیہ کرنے کی بنیادی تکنیک

باب ۱۔ پریشانیوں کا تجزیہ اور تحلیل

برسے ہی چھ دیا متدار خد متکار
راہوں نے مجھے سکھایا جو ہیں جانتا تھا
نام ہی اُن کے کیا، کیوں اور کب
اور کیسے اور کہاں اور کون

(ڈیپارٹمنٹنگ)

حصہ اول کے باب دوم میں طیس۔ ایچ کیرٹ کا جو فلسفی کلیہ بیان کیا
گیا ہے، کیا وہ ہمساری پریشانیوں کے سارے مسائل حل کر دے گا؟ نہیں
بے شک نہیں۔

پھر کیا کیا جائے؟ اس کا جواب یہ ہے کہ آپ کو پریشانیوں کے تجزیہ کے متعلق
مندرجہ ذیل تین بنیادی نکتے ذہن نشین کر لینے چاہئیں اور پھر ان کے متعلق اپنی
پریشانیوں سے پٹنا چاہیئے۔

۱۔ غم و فکر اور پریشانیوں سے جن واقعات و حقائق متعلق ہو انہیں منظم کیجیئے۔

۲۔ ان حقائق و واقعات کا تجزیہ کیجئے۔
 ۳۔ کسی فیصلے پر پہنچئے۔ اور پھر اس فیصلے کے مطابق عمل کیجئے۔
 آپ کو شاید یہ باتیں معلوم ہوں لیکن یاد رکھئے کہ یونان کا حکیم ارسطو نے بھی ان پر عمل کرتا تھا اور اپنے شاگردوں کو بھی انہیں کا تلفیق کرتا تھا۔ اگر ہم ان مسائل کو حل کرنا چاہتے ہیں جو ہماری کروڑوں پر سوار ہو چکے ہیں اور ہمارے شب و روز کو ایک سچی جہنم میں منتقل کر رہے ہیں تو مجھے اور آپ کو بھی انہی پر عمل کرنا ہوگا۔
 چلئے، ہم یہ اصول برا کو لیتے ہیں حقائق کو معلوم کیجئے۔ حقائق معلوم کرنا کیوں
 'مشاورہ' محنت؟ اس لئے کہ جب تک ہمیں حقائق معلوم نہ ہوں گے ہم سارے کو کچھ نہ جانتے
 حال میں کہیں گے، جب تک ہم حقائق جمع نہیں کریں گے، ہم اندیشہ سے ہی ٹانگ ٹوٹیاں ہاتھ
 رہیں گے۔ یہ اسی خیال میں بلکہ کوہلیا، مانی، کوہلیا یونیورسٹی کے ڈین آجملانی برہنہ ای
 ہاؤس کا جی سی نقطہ نظر تھا۔ انہوں نے وہ لاکھ طالب علموں کو پریشانیوں اور الجھنوں کے
 مسائل میں لارہے یہ مدد دی تھی۔ اور انہوں نے مجھے بتایا کہ "انتشار پر رٹ" کی کسب سے
 بڑی وجہ ہے۔ انہوں نے ان الفاظ میں ادا کیا تھا: "ہماری نصف پریشانیوں کی وجہ
 یہ ہے کہ ہم فیصلے تک پہنچنے سے پہلے مسئلے کے متعلق کافی واقفیت حاصل نہیں کرتے بلکہ اس
 کے بنیادی جھٹ پٹ فیصلہ کرنے کی کوشش کرتے ہیں مثلاً اگر میرے سامنے کوئی مسئلہ آتا ہے
 جس سے مجھے اگلے منٹ کو اس کا ابقہ پڑتا ہے تو میں اگلے منٹ وارننگ اس کے متعلق کسی
 قسم کا فیصلہ کرنے کی جلدی نہیں کرتا بلکہ اس کے متعلق حقائق معلوم کرنے پر اپنی ساری توجہ
 منطقت کر دیتا ہوں۔ میں متفکر اور پریشان نہیں ہوتا اور نہ اس مسئلے کے متعلق پشورہ
 اور اندیشہ ہی موتا ہوں۔ میں اپنی فہم بھی نہیں کھوتا بلکہ اپنی توجہ حقائق دریافت کرنے پر
 ہی مرکوز رکھتا ہوں۔ اگر مجھے ضروری حقائق معلوم ہو جائیں تو منٹوں کے آنے تک مسئلہ
 خود بخود حل ہو جاتا ہے!"

میں نے وین ہاؤکنز سے سوال کیا: ”آپ کا مطلب یہ تو نہیں کہ آپ پریشانیوں کو اپنی زندگی میں دخل ہی نہیں ہونے دیتے؟“ انہوں نے اثبات میں سر ہلایا اور کہا: ”ہاں میرا بھی یہی خیال ہے۔ میں پورے وثوق کے ساتھ کہہ سکتا ہوں کہ میری زندگی پریشانیوں سے مکمل طور پر خالی ہے۔ میرا اندازہ ہے کہ اگر کوئی شخص دیانتداری اور غیر جانبداری سے حقائق معلوم کرنے کی کوشش کرے تو عموماً پریشانیوں سے متعلق کی روشنی میں بخارات بن کر اڑ جائیں گی۔“

میں اسے ایک بار پھر دہرایا چاہتا ہوں۔ ”اگر کوئی شخص دیانتداری اور غیر جانبداری سے حقائق معلوم کرنے کی کوشش کرے تو عموماً پریشانیوں سے متعلق کی روشنی میں بخارات بن کر اڑ جائیں گی۔“

لیکن ہمارا طریقہ عمل کیا ہے؟ ہم حقائق معلوم کرنے کے متعلق ذرا بھی تردد نہیں کرتے۔ ماس ایڈیسن نے بالکل صحیح کہا ہے: ”انسان خود فکر کرنے کی عیلاج سے بچنے کے لئے ہر قسم کے پاپٹ بیلتا ہے۔“ اگر ہم حقائق معلوم کرنے کے لئے تردد کرتے بھی ہیں تو ایسے جیسے شرکاری کتے خرگوش دبکھیا کرتے ہیں۔ ہم صرف انہیں حقائق کو تلاش کرتے ہیں جو ہمارے اپنے خیالات کو سہارا دیتے ہوں۔ اور باقی ہر چیز کو نظر انداز کر دیتے ہیں جس سے صرف انہیں حقائق کی ضرورت ہوتی ہے جن سے ہمارے اعمال حق بجانب ثابت ہو سکیں۔ جو ہماری امیدوں اور آرزوؤں پر آسانی کے ساتھ منطبق ہو سکیں اور ہمارے تعصبات اور تنگ نظریات کی تائید کر سکیں۔

آئندہ سے ما آؤں گا اسے ان الفاظ میں ادا کرتا ہوں: ”مرد چیز جو ہماری ذاتی خواہشوں اور آرزوؤں سے ہم آہنگ ہوئی درست نظر آتی ہے اور جو چیز اس کے برعکس ہو وہ بھری غصے کی آتش کو بجھانے کا سبب بنتی ہے۔“

پھر اگر آپ اپنے مسائل کو حل کرنے میں دقت پیش آئے تو اسی میں حیران ہونے کی

کوئی بات ہے؟ اگر ہم یہ فرض کر لیں کہ دو اور دو پانچ ہوتے ہیں تو کیا ہمیں دوسری جماعت کا سوال حل کرنے میں بھی دقت پیش نہیں آئے گی؟ لیکن اس دنیا ایسے لوگوں کی کمی نہیں جو نہ صرف اپنی بلکہ اپنے ساتھیوں کی زندگی بھی اچیرن بنا دیتے ہیں۔ جب وہ یہ اصرار کرتے ہیں کہ دو اور دو پانچ ہوتے ہیں۔ بلکہ ان کی نظروں میں تو دو اور دو پانچ سر بھی ہو سکتے ہیں!

پھر ہمیں کیا کرنا چاہیئے؟ ہم غور و فکر کرتے وقت اپنے جذبات کو تلخ دہرہ رکھنا ہوگا۔ اور دین ماکنز کے الفاظ میں غیر جانبداری اور دیانتداری سے حقائق معلوم کرنے چاہئیں۔ لیکن جب ہم پریشان ہوں تو ایسا کچل کوئی آسان کام نہیں لیکن یہاں میں دو باتیں کہنا چاہتا ہوں جنہیں میں نے غیر جانبداری اور دیانتداری سے حقائق معلوم کرنے اور اپنے مسائل حل کرنے میں مفید پایا ہے۔

۱۔ جب میں حقائق معلوم کرنے کی کوشش کرتا ہوں تو یہ فرض کر لیتا ہوں کہ میں انہیں اپنے لئے نہیں بلکہ دوسرے شخص کے لئے سمجھ کر رہا ہوں۔ اس لئے مجھے واقعات کو دیانتداری اور غیر جانبداری سے سمجھنے کا موقع مل جاتا ہے اور اس طریقے سے مجھے اپنے جذبات کو اُلٹ کرنے میں مدد ملتی ہے۔

۲۔ جس مسئلے کے متعلق میں پریشان ہو چکا ہوں۔ اس کے متعلق حقائق جمع کرتے وقت میں اپنے آپ کو ایک ویل تقویر کر لیتا ہوں جو مقدمے کے دوسرے پہلو کے متعلق بحث کرنے کے لئے تیار کر رہا ہے دوسرے الفاظ میں ان تمام حقائق کو معلوم کرنے کی کوشش کرتا ہوں جو میرے خلاف جاتے ہوں۔ جو میری آرزوؤں اور خواہشوں کو مایوس کر رہے ہوں اور جن کا سامنا کرتے ہوئے مجھے خوف آتا ہو۔

پھر میں اپنے مقدمے کے دونوں پہلوؤں کو لکھ لیتا ہوں اور حقیقت درنظر نہ ہونے کے کہیں درمیان لپٹی لپٹائی ملتی ہے۔

میرے کہنے کا مطلب یہ ہے کہ میں ہوں یا آپ؟، آئین ٹوٹا ہوا امریکہ کی سپریم کورٹ
کا کوئی جج، ہم ہی سے کوئی بھی اس قدر طبع اردو نہیں ہیں کہ حقائق کا مطالعہ کئے بغیر کسی
مسئلے کے متعلق متبع اور غلط رائے تصفیہ کر سکے۔ ٹامن ایڈیٹر اس حقیقت کو جانتا تھا اور اس
کھ گواہ وہ ڈھائی ہزار نوٹ لکھیں ہیں جو اس کے انتقال کے بعد اس کے اثاثے میں سے
ملیں، ان نوٹ بکوں میں وہ حقائق درج تھے جو اسے درپیش تھے۔

چنانچہ ہمارے مسائل کے حل کرنے کا پہلا اصول یہ ہے کہ ہمیں حقائق معلوم کرنے چاہئیں
ہمیں بھی وہی کرنا چاہیے جو ڈین ہاڈکنز نے کیا تھا۔ ہم غیر جانبداری اور دیانتداری سے حقائق
معلوم کئے بغیر اپنے مسائل کو حل کرنے کی کوشش بھی نہیں کرنی چاہیے۔
تاہم بعض حقائق معلوم کرنے سے ہیں کوئی فائدہ حاصل نہیں ہوگا تا وقتیکہ ہم ان کا تجربہ
اور تعبیر نہ کریں۔

کافی کراں تجربے کے بعد مجھے یہ حقیقت معلوم ہوئی کہ اکثر حقائق کا تجزیہ کر کے بہت
آسانی رہتی ہے اور حقیقت بھی یہی ہے کہ ایک کاغذ پر حقائق کے لکھنے اور اپنے مسئلے کو واضح
الفاظ میں بیان کرنے سے ہم ایک سمجھدارانہ فیصلے تک پہنچنے میں بہت مدد ملتی ہے۔ جانیں
کیڑمگ کے الفاظ میں اچھی طرح بیان کیا جو مسئلہ نصف مل شدہ مسئلہ ہے۔

اب میں آپ کے سامنے اس کی ایک عملی مثال پیش کرتا ہوں، چینیوں کا قول ہے کہ ایک
تصویر دس ہزار الفاظ کے برابر ہے، میں آپ کو ایک ایسے شخص کی تصویر دکھاتا ہوں جس نے اس
پر عمل کر کے دکھایا جس کے متعلق ہم ابھی باتیں کر رہے تھے۔

ہم گیلین ریچ نیلڈ کی مثال لیتے ہیں۔ میں اسے کئی سال سے جانتا ہوں وہ مشرق وسطیٰ
اور بحیرہ کا ایک انتہائی کاروباری انسان ہے۔ جب ۱۹۳۲ء میں جاپانیوں نے سنگھائی کو فتح
کیا تھا اس وقت سرطاج نیلڈ وہیں تھے۔ ان کی کہانی مندرجہ ذیل ہے۔ یہ کہانی انہوں نے
مجھے خود سنائی تھی۔ جب وہ ایک رات میرے وہاں تھے

پیرل ہاربر پر قبضہ کرنے کے بعد جاپانی ہنایت کثیر تعداد میں شنگھائی آنے شروع ہو گئے۔
 اس زمانے میں ایشیائی لائف انشورنس کمپنی کی شاخ شنگھائی کا منبر تھا۔ جاپانیوں نے کاروبار
 بند کرنے کی نیت سے حساب کتاب کا جائزہ لینے کے لئے ایک فوجی افسر سہاسے پانچ بھجوا۔
 وہ حقیقت وہ بحری فوج کا سالار تھا۔ مجھے ملا کہ کمپنی کی ملاک کا حساب کتاب ٹھیک کرنے میں
 اس کی مدد کروں۔ مجھے اس معاملے میں کوئی اختیار نہیں تھا بلکہ حکم حاکم کی مرگِ مفاہات میں۔ یا تو اس
 شخص کے ساتھ تعاون کر سکتا تھا اور یا کچھ اور۔ اور ان کچھ اور کا مطلب یقیناً موت تھا۔

”چونکہ کوئی دوسری صورت نہ تھی، میں کام میں اس طرح معروف ہو گیا جیسے پچ پچ حکم کی
 تعمیل کر رہا ہوں۔ لیکن میں نے اس بحری سالار کو جو فہرست دی، اس میں جان بوجھ کر سڑھے ست
 لاکھ ٹوا کی لکھا تیس درج نہ کیں، انہیں میں نے اس لئے چھوڑ دیا تھا کیونکہ یہ ہماری ہانگ
 کاؤب والی شاخ کی ٹھیک تھیں اور شنگھائی کی ملاک کو ان سے کسی قسم کا تعلق نہ تھا۔
 تاہم میں ڈرتا تھا کہ اگر جاپانیوں کو میری حرکت کا علم ہو گیا تو انجامِ بنیر نہیں ہو گا اور یہ بات
 زیادہ دیر تک چھپی بھی نہیں رہے گی۔

بچہ دی دنوں بعد انھیں پتہ چل گیا۔ لیکو اس وقت خوش قسمتی سے میں دفتر میں نہیں تھا۔
 لیکن میرا میڈ کا ڈیفنٹ چل گیا تھا۔ اس نے مجھے بتایا کہ جاپانی سالار ہنایت شے کے عالم
 میں تھا، وہ زور زور سے اپنے پاؤں زلزل پر مار رہا تھا۔ میں کھارہا تھا اور مجھے بے ایمان
 چور اور غدار کہتا تھا۔ میں نے جاپانی فوج کی توہین کی تھی، مجھے معلوم تھا کہ اس کا مطلب کیا ہے؟
 مجھے برج ہاؤس میں پھینک دیا جائے گا۔

”صبح ہاؤس جاپانی گستاخوں کی اذیت دینے والی کوٹھری، میرے قریبی دوستوں نے اس
 قید خانے میں جانے کے بجائے خود کشی کو ترجیح دی تھی۔ میرے کچھ دوست چالیس روز
 تک سوال و جواب اور نوحہ و نوحہ کی اذیتیں برداشت کرنے کے بعد دم توڑ چکے تھے اور
 اب برج ہاؤس میں جانے کی خود میری باری تھی!

”پھر میں نے کیا کیا؟ مجھے یہ خبر اتوار کی سہ پہر کو ملی۔ میرا خیال ہے کہ خوف سے میرا بند بندہ کانپنے لگا ہو گا اور اگر میرے پاس اپنے مسائل کو حل کرنے کی ایک قطعی اور غیر مبہم تلقین نہ ہوتی تو شاید دہشت سے میری گھٹی بندھ گئی ہوتی۔ کئی سالوں سے میری یہ عادت ہے کہ جب میں کسی مسئلے کے متعلق پریشان ہوتا ہوں تو مندرجہ ذیل دو سوال اور ان کے جواب طلب کر لیتا ہوں۔

۱۔ میں کس مسئلے کے متعلق پریشان ہوں؟

۲۔ میں اس کے متعلق کیا کر سکتا ہوں؟

”میں ان سوالوں کا زبانی جواب دینے کی کوشش کیا کرتا تھا کئی سالوں سے اس طریق کار کو خیر باد کہہ چکا ہوں کیونکہ مجھے معلوم ہوا کہ تجوری سوال و جواب سے سوچ بچار میں آسانی رہتی ہے۔ چنانچہ اس اتوار کی سہ پہر کو میں سیاہا شگھائی والی ایم۔ سی۔ ۱ سے میں اپنے کمرے میں چلا گیا۔ رائیٹ رائٹر اٹھایا اور لکھا:-

۱۔ میں کس مسئلے کے متعلق پریشان ہوں؟

”مجھے ڈر ہے کہ کل صبح برج ہاؤس میں پھینک دیا جائے گا۔

۲۔ میں اس کے متعلق کیا کر سکتا ہوں؟

”میں کئی گھنٹوں تک اسکا فی نتائج کے متعلق سوچتا اور لکھتا رہا اور آخر کار مجھے

چار قابل عمل طریقے معلوم ہوئے۔

۱۔ میں جاپانی امیر البحر پر اپنا نقطہ نظر واضح کر سکتا ہوں لیکن وہ انگریزی نہیں جانتا۔ اگر میں نے ترجمان کے ذریعے اسے سمجھانے کی کوشش کی تو ممکن ہے کہ اس کا قصہ دوبارہ بھڑک اُٹھے۔ اس کا ایک نتیجہ موت بھی ہو سکتا ہے، کیونکہ وہ بے رحم ہے اور میرے متعلق پریشان ہونے کے بجائے مجھے برج ہاؤس میں پھینک دے گا۔

۲۔ میں یہیں اپنے کمرے میں ٹھہرا ہوں اور دوبارہ دفتر میں نہ جاؤں لیکن اگر یہی پس کر دوں گا

تو جاپانی امیر البحر کو شبہ پرست تھا ہے۔ وہ فوجیوں کو بھیج کر مجھے گرفتار کر لیا اور ایک لفظ تک کہنے کا موقع نہ دے سکا۔ یہ بے خبر برج ہاؤس میں بیٹھ گیا۔

۲۔ میں بھاگ کر بچنے کی کوشش کر سکتا ہوں۔ ناممکن۔ جاپانی ہر وقت مجھ پر نگاہ رکھتے ہیں، انہوں نے میرے کمرے کے اندر باہر کا دھڑا قائم کر رکھی ہیں۔ اگر میں نے بھاگنے کی کوشش تو ممکن ہے کہ وہ مجھے پکڑ لیں اور گولی سے ہلاک کر ڈالیں۔

۴۔ میں حسب معمول سووار کی صبح کو دفتر جا سکتا ہوں۔ اگر میں چلا جاؤں تو ممکن ہے جاپانی امیر البحر اس قدر صحت ہو کہ اُسے میری حرکت کا خیال ہی نہ آئے۔ اگر اس کو خیال آجی جائے تو ممکن ہے کہ اُس کا فتنہ نرم پڑ گیا ہو اور وہ مجھے تنگ نہ کرے اگر ایسا ہوا تو مجھے کوئی خدشہ نہیں لیکن اگر وہ مجھے تنگ بھی کرے پھر بھی میرے پاس اسے سمجھانے کا موقع تو ہے ہی۔ چنانچہ اگر میں حسب معمول پیر کو دفتر چلا جاؤں اور اس طرح کام کروں تو کچھ ہوا ہی نہیں، تو برج ہاؤس سے بچنے کے لئے میرے پاس دو صورتیں رہ جاتی ہیں۔

۱۔ ان سب جو بیٹھل پر غور کرنے کے بعد مجھے دفتر جانے والی چوتھی تجویز پسند آئی۔

میں نے اس پر عمل کر کے کامیاب ہو گیا اور مجھے سکون ہو گیا۔

جب یہ عملی صبح دفتر کے اندر داخل ہوا، جاپانی امیر البحر پہلے ہی وہاں موجود تھا اس کے منہ میں سگڑٹ ٹھک رہا تھا اور اپنی عادت کے مطابق اس نے مجھے گھور کر دیکھا لیکن اس سے کچھ نہ بولا۔ خدا کا شکر ہے کہ کچھ ہفتوں کے بعد وہ ٹوکیدو اسپتال گیا اور میری پیشانی ختم ہو گئیں۔

جب کہ میں حرف کر چکا ہوں میں نے غالباً اپنی جان اس اٹوار کی سہ پہر کو مختلف تجویزیں دیں ہیں مگر اسے سننا اور ہر تجویز کے ممکن نتائج کا کھڑکھڑائی کے ساتھ ایک نتیجے پر پہنچ کر چلائی۔ اگر میں ایسا نہ کرتا تو میں ممکن تھا کہ میرے پاؤں دھکے کھاتے اور اس وقت پر غلط قدم اٹھاتا۔ اگر میں سارے مسئلے کی نوعیت پر سوچ بچار کر کے لیک نیٹیل پر رہتا

پہنچتا تو آوارگان پریشانیوں میں گزند تا جو شاید مجھے نیم پاگل بنا دیتیں اور رات بھر مجھے
نیمندہ آتی ہیں سو مار کو اور یہی کسی اور پریشان صورت بنا کر دفتر چلتا مھنسا ہی سے
جا پانی امیر الہمر کو مشیہ پر لٹکتا تھا اور وہ عمل کئے لئے تیار ہو جاتا۔

”بار بار کے تجربے نے مجھ پر کسی فیصلے تک پہنچنے کی بے پایاں اہمیت واضح کر رکھی ہے
یہ ایک مقصد معین تک پہنچنے اور سر پر کھڑے دئے دائروں میں گھومنے کے عمل کو ختم کر دینے کی
نا اہمیت ہی ہے جو انسانوں کو اعصابی کشمکش اور ذہنی جہنم میں دھکیل دیتی ہے میرا اندازہ ہے
کہ جب کسی ماضی اور معین فیصلے پر پہنچ جاتا ہوں تو میری پچاس فیصدی پریشانیوں ختم ہو جاتی
ہیں۔ اور جب میں اس فیصلے کو عملی صورت دینے لگتا ہوں تو بقیہ پچاس فی صدی نسبت و
نا بود ہو جاتی ہیں۔

”چنانچہ میں ان چار اصولوں پر عمل کر کے اپنی نوے فیصدی پریشانیوں کو بھگا نے میں کامیاب
ہو جاتا ہوں۔

۱۔ پہلے ماضی اور غیر مهم الفاظ میں یہ لکھ لیتا ہوں کہ میں کس مسئلے کے متعلق پریشان ہوں۔

۲۔ پھر یہ لکھتا ہوں کہ میں اس کے متعلق کیا کر سکتا ہوں

۳۔ پھر یہ فیصلہ کرتا ہوں کہ مجھے کیا کرنا چاہئے ہے۔

۴۔ تب میں اس فیصلے کو فی الفور عملی جامہ پہنانے کی کوشش کرتا ہوں۔“

گیلین پانچ فیصد اچل مٹاؤ، پارک اینڈ ڈرائیونگ انشورنس کمپنی نمبر ۱۱ جان سٹریٹ
نیویارک کے شعبہ مشرق بعید کے ڈائرکٹر ہیں۔ یہ کمپنی انشورنس اور مالی امور کے سب سے بڑی
کمپنی ہے۔

جیسا کہ میں پہلے عرض کر چکا ہوں گیلین پانچ فیصد فی الحاق مشرق بعید نیویارک کا انتہائی
کامیاب کاروباری انسان ہے، انہوں نے اقرار کیا کہ میری کامیابی کی سب سے بڑی وجہ یہی
ہے کہ میں پریشانیوں کا تجربہ کرتا ہوں اور ہر اس کے مطابق عمل کرتا ہوں۔“

یہ طریقہ اس قدر نادر کیوں ہے؟ کیونکہ یہ قوتِ جامع اور مقوی ہے اور اسے کہ نہ تکلیف پہنچے
میں وہ دیتا ہے۔ ان سب کی چوٹی پر تفسیر اور ناگزیر اصول واقع ہے۔ پھر اس کے متعلق
کچھ کہئے۔ جب تک ہم عمل نہیں کریں گے۔ حقائق معلوم کرنے اور ان کا تجزیہ و تحلیل کرنے
سے کوئی فائدہ نہیں ہو گا۔ ہماری ساری قوت اور طاقت پر فی رائے نکال جائے گی۔

ولیم جیمز کہتا ہے۔ جب کوئی فیصلہ ہو تو مجھ عمل کی باری آ جاتی ہے۔ تمام ذمہ داروں کے
بالکل لاپرواہ ہو کر کام کے جادو اور صرف انجام پر نظر رکھو۔ ان کے کہنے کا مطلب یہ ہے کہ جب
اوپر سے پورے غور و فکر سے حقائق کو پرکھنے کے بعد فیصلہ کر لیا تو فی الفور اس پر عمل کیجئے سو دباؤ
سوچنے کے لئے مت ٹھہریئے۔ نزداد اور پی جوش نے کیجئے قدم آگے بڑھائے جائیے۔
انہی دو بارہ ماہ اپنے کی کوشش نہ کیجئے۔ اپنے آپ کو شکوک پیدا ہوتے ہی ادھیچے مڑ کر دیکھئے۔

میں نے ایک دفعہ اوکلاہاما کے تیل کے شہر ترین میوپاری ویٹ نفیس سے پوچھا۔ آپ
اپنے فیصلوں کو کس طرح عملی جامہ پہناتے ہیں؟ اس نے جواب دیا۔ ایک خاص حد کے بعد
مسائل پر غور و فکر کرتے رہنے سے اشتراکِ رائے پریشاںیاں ہونے لگتی ہیں۔ ایک وقت ایسا آتا
ہے کہ جب مزید چھان بھٹکانے اور سوچ بچاؤ سے سوچ بچاؤ سے اس وقت بھی فیصلہ کرنا اور
اس پر عمل کرنا ہوتا ہے جب یہ وقت آجائے تو پھر میں بھیچے مڑ کر نہیں دیکھنا جانتے۔

آپ انہی پریشانی حد کرنے کے لئے گیلن۔ پیج نیلڈ کی تکلیف کیوں نہیں استعمال کرتے؟
لیجے یہ ہے سوال میں کہ اس کے متعلق پریشان ہوں؟ وبراہ ہر باقی فیصلے سے نیچے
پھوڑی ہوئی جگہ پر جواب لکھئے)

والگے صفحہ پر چھوڑا ہوں

سوال ملا۔ میں اس کے متعلق کیا کر سکتا ہوں؟

جگہ ہاں سوالیہ جواب لکھئے)

سوال میں نے اس کے متعلق فیصلہ کیا ہے؟

سوال میں اس پر عمل کب شروع کروں گا؟

باب: پچاس فیصدی کاروباری پریشائیاں دور کرنے کا طریقہ

اگر آپ کاروباری آدمی ہیں تو شاید آپ کہیں گے کہ اس باب کا عنوان مضحکہ خیز ہے۔ میں انیس سال سے کھدو بار کرو رہا ہوں اگر کوئی شخص صحیح طور پر یہ جاننا ہے کہ میں اپنی پریشانیوں سے کیسے چھٹکارا پا سکتا ہوں تو وہ صرف یہ ہی ہوں، کسی دھڑے کا مجھے یہ بتایا کہ میں اپنی پچاس فیصدی پریشائیاں کیسے کم کر سکتا ہوں، حماقت سے کم نہیں :-

آپ کا اعترافی جواب ہے۔ چند سال پیشتر اس باب کا عنوان دیکھ کر میرے دل میں بھی یہی خیالات پیدا ہوتے لیکن یہ محض باتیں ہی باتیں حقیقت کچھ بھی نہیں۔

آئیے ہم صاف گوئی سے کام لے کر اس پر غور کریں۔ ممکن ہے کہ میں آپ کی پچاس فیصدی کاروباری پریشائیاں دور کرنے میں مدد نہ کر سکوں۔ کیونکہ آخری فیصلہ تو آپ کے ہاتھوں میں ہے۔ جب تک آپ خود اپنی پریشانیوں کا تجربہ نہیں کریں گے کسی کے بنائے کچھ نہیں بنے گا۔ میں تو صرف یہی کر سکتا ہوں کہ آپ کو بتاؤں کہ دوسرے لوگوں کا طرز عمل کیا ہے مدارد باقی ہر چیز کا انحصار محض آپ پر ہے۔

آپ کو شاید یاد ہوگا کہ اس کتاب کے تیسرے باب میں میں نے ڈاکٹر میکس کارل کے ایک قول کا حوالہ دیا تھا جو تاجر پریشانیوں کا مقابلہ کرنا نہیں جانتے وہ عالم جوانی میں صحت سے کم کٹا ہوا جاتے ہیں :-

ہر کو پدیش فی بہت ٹیگن چیز ہے اس لئے اگر میں آپ کی دس فیصدی پریشانیوں دوس
کرنے میں بھی آپ کی مدد کر سکوں تو کیا آپ اسے قیمت نہیں سمجھیں گے؟ جی؟
..... اچھا خیر!..... اب میں آپ کو یہ بتاؤں گا کہ ایک کاروباری عالم نے اپنی پچاس
لہیں کچھ پچتر فیصدی پریشانیوں کیسے دیکھیں۔ وہ اپنے کاروباری مسائل حل کرنے کے لئے
پہلے جالے کیا کرتا تھا جن میں بننا بناتا تو کچھ نہیں تھا البتہ اُردو وقت ضرور مناجع ہوتا تھا اور
خواہ مخواہ کی کوفت ہوتی تھی۔

میدر برائیں آپ کو یہ کہانی کسی زید، بکریا، عر کے متعلق نہیں بتا رہا ہوں اور نہ میں
یہی کہوں گا کہ فلاں شہر میں ایک آدمی رہتا تھا۔۔۔ میں ایسی گولی مول اور سیم باتیں کرنے کا
عادی نہیں، جن کی آپ تصدیق نہ کر سکیں۔ یہ کہانی بالکل سچی ہے اور ابھی جیسے جاگے کھاتے
پیتے اور خوشگ پیوست کے انسان کے متعلق ہے۔ سال کا نام لیون ٹکسن ہے اور وہ امریکہ
کے ایک اولیٰ درجے کے اشاعتی ادارے سائمن اینڈ شوٹر، ٹراک فیلر سنٹر، نیویارک^{۱۳}
نیویارک کا ایک عمدہ دلدار و جزل بھر ہے۔

لیون ٹکسن کی کہانی خود اس کی زبانی سنئے۔

”تقریباً پندرہ سال تک میرا یہ دستور رہا کہ میں کام کاج کے دن کا نصف حصہ
جلے منعقد کرنے اور ان میں کاروباری مسائل پر بحث کرنے میں معروف رہتا۔ میں یہ کرنا چاہتا
تھا۔۔۔ یادوں میں میں نے کچھ بھی کرنا چاہیے۔ ہمارے درمیان کشیدگی بڑھ جاتی، تلخی
پیدا ہو جاتی، ہماری بعضوں تن جاتی، ہم کرسیوں پر بیٹھ دتاب کھاتے اور کبھی اٹھ کر
فرخ پر پھلنے لگتے، ہم ہر وقت بحث کرنے اور لڑنے بھڑکنے میں معروف رہتے لیکن ہمیشہ
ایک ہی تنگ دائرے کے اندر محصور رہتے۔ جب شام ہوتی جی ٹھکنے سے جوہر چور ہو
جاتا۔ مجھے چوری امید تھی کہ یہ سلسلہ تمام عمر یہی جاری رہے گا۔ برابر پندرہ سال سے یہی
کیسیت چلی آ رہی تھی اور میں کبھی یہ گمان بھی نہیں گذرا کہ اس سے بہتر بھی کوئی طریقہ ہو سکتا

ہے، اگر کوئی شخص مجھے بتانا چاہتا کہ اس کے بتائے ہوئے راستے پر عمل کرنے سے میں اپنا کیا جو بھائی وقت فضل بھٹوں میں فلاح ہونے سے بچا سکتا ہوں احساسی قدر اپنی اعضاء کشمکش سے نجات پاسکتا ہوں تو میں اسے پاگل، بیوقوف اور سامن سمجھتا ہوں، تاہم کافی عرصے کے بعد وہ بخیر صبر سے ذہن میں ایک ترکیب آگئی، اس پر میں آٹھ سال سے عمل کر رہا ہوں اس نے میری مسرتوں اور خوشیوں میں اضافہ کرنے، میری محنت اور تندرستی کو نکھارنے اور میری صلاحیتوں کو جلادینے میں بیش بہا مدد دی ہے۔

لہذا ہر یہ جادوگری معلوم ہوتی ہے لیکن اگر اس کا ملکہ معلوم ہو جائے تو عام فلسفی کہتوں کی طرح یہ بھی بڑا آسان نظر آئے گا۔

لیجئے وہ راز یہ ہے، اول، میں نے فی الغور چلے بختہ کرنے کے طریق کار کو ختم کر دیا۔ اس قسم کے جملوں میں عموماً یہی ہوتا تھا کہ میرے سوتے ہوئے ذہن کار ایک دوسرے سے بوجھتے رہتے غلطی کہاں ہوتی؟ اور عموماً انجام اس پر ہوتا، پھر میں کیا کرنا چاہیے؟ دوم میں نیا ایک نیا اصول بنایا تھا، جو کوئی میرے سامنے کوئی مسئلہ پیش کرنا چاہیے۔ وہ پہلے ان چار سوالوں کے جواب لکھ کر ایک معفر نامہ تیار کرے اور پھر اسے میرے سامنے پیش کرے۔

”سوال مسئلہ کیا ہے؟“

دجب میں اپنی گزشتہ زندگی کو مٹا کر دیکھتا ہوں تو میں ان قیمتی لمحات کے متعلق خوفزدہ ہو جاتا ہوں جو میں نے ان پریشان کن جملوں میں فلاح کئے تھے۔ اس وقت عموماً یہی ہوتا تھا کہ کبھی کبھی واضح اور غیر مبہم طور پر یہ دیکھنا کہ فی کوشش نہیں کرتے تھے کہ مسئلہ کی تین اصل حالت کیا ہیں؟

سوال مسئلہ کی علت کیا ہے؟

دراپنے ذہن میں ایک پریشان کن جملے میں ایک ایک وہ دو جملے فلاح کئے باوجود کسی کو واضح طور پر معلوم نہیں ہوتا تھا کہ مسئلہ کیا ہے اپنی مشکلات کے متعلق پوچھ

کرتے کرتے ہمارے مزے کھاتے دیکھنے لگے۔ لیکن ہم یہ تکلیف کبھی گوارا نہ کرتے کہ ٹھیک طرح سے لکھ تو لیں کہ آخر مسئلہ ہے کیا؟

سوال نمبر مسئلے کے امکانی حل کون سے ہیں؟
 ماٹن جلیسوں میں ایک آدمی ایک حل پیش کرتا، دوسرا اس کے ساتھ بحث کرنے لگتا دوسروں
 پارے پڑھ جاتے اور تلخی بڑھ جاتی۔ ہم اکثر موضوع سے ہٹ جاتے اور کانفرنس کے اختتام
 پر کوئی بھی ان تمام چیزوں کو نہ سمجھتا جن کی مدد سے ہم کسی مسئلے کو سلجھا سکتے تھے،

سوال نمبر۔ آپ کو کس حل تجویز کرتے ہیں؟
 پہلے ہم تمام امکانی حلوں کو دیکھیں اور ان پر غور کے بغیر ایک دوسرے سے بحث کرنے
 لگتے۔ ایک شخص ایک تجویز سوچتے ہیں گھنٹوں صرف کر دیتا اور پھر وہ خواہ وہ غلط ہو یا صحیح اس کے
 اختیار کرنے پر اصرار کرتا رہتا۔

”اب میرے رفیق کا شاید وہ نادری کوئی مسئلہ میرے پاس لے کر آتے ہیں۔ کیوں؟ اس
 لئے کہ انھیں معلوم ہو گیا ہے کہ ان چاروں سوالوں کے جواب لکھنے کے لئے انھیں ساری حقائق
 کی جانچ بن کرنا اور اپنے مسئلے پر پوری طرح سوچ بچار کرنا ہو گا۔ جب وہ یہ منزل عبور
 کر لیتے ہیں، تو تین چوتھائی حالتوں میں انھیں معلوم ہو جاتا ہے کہ انھیں میرے مشورہ کرنے کی قطعاً
 ضرورت نہیں کیونکہ انھیں خود بخود ایک موزوں حل مل گیا ہے جس طرح چوتھے سے خود بخود چپاتی
 نکل آتی ہے۔ ان حالتوں میں بھی ہمیں مشورہ کرنا ضروری ہو، بحث و تجویس میں پہلے کی نسبت
 صرف ایک تہائی وقت صرف ہوتا ہے کیونکہ اس طرح ہم ایک منطقی اور منظم طریقے سے ایک معقول
 نتیجے پر پہنچ جاتے ہیں۔

سامعین! اینڈ شو کریں گے ہمارے یہ اب لغزشوں کے متعلق بحث کرنے اور پریشان ہونے
 میں بہت کم وقت صرف ہوتا ہے اور انھیں درست کرنے میں زیادہ وقت اور زحمت مل
 جاتی ہے اور کام بھی زیادہ ہوتا ہے۔“

میرے ایک دوست ذہلیک بیٹھ گھیں۔ وہ امرتھ کے چوٹی کے انٹرنس میں ہیں۔ انھوں نے مجھے بتایا کہ میں نے اسی طرح کار پر عمل کر کے نہ ہون اپنی کلہ مبارک پریشاں دیں ہی دور گیں بلکہ اپنی عمر فی بھی دو گنی کر لی :-

انہوں نے مجھے بتایا کہ "کئی سال پیشتر میں نے بمبہ بیچنے کا کام شروع کیا۔ میرے اندر اپنا کام کرنے کا بے پناہ جذبہ اور جوش تھا۔ پھر ایک بات ہو گئی کہ میں بہت دل برداشتہ ہو گیا مجھے اپنے کام سے نفرت ہو گئی! اور اسے چھوڑ دینے کے متعلق سوچنے لگا۔ اگر ایک سینچر دار کی صبح کو مجھے مجھے نیمٹے نیمٹے بیٹھے اپنی پریشاں کی تہ تک پہنچے ہنیاں نہ آتا، تو مجھے یقین ہے کہ میں اسے کبھی کا چھوڑ چکا ہوتا۔

۱۔ میں نے پہلے اپنے تئیں پوچھا: آخر مسئلہ کیا ہے؟ بات یہ تھی کہ بار بار پھرے ڈالنے کے باوجود مجھے کافی معاوضہ نہیں مل رہا تھا۔ جب میں کسی شخص کو پراسپیکٹ بھیجتا تو صورت حال بڑی حوصلہ افزا نظر آتی لیکن معاملہ طے کرنے کی نوبت آتی تو میرا گاہک مجھ سے کہتا: سسر میٹ! گر میں اس پر غور کروں گا آپ پھر کسی رد و مجھ سے ملے ہیں میں بدوقت ایسے لوگوں کے گھروں پر پھیرے ڈالنے میں ضائع کرتا تھا وہی میری انسر دگی اور بد دلی کا سبب بنتا۔

۲۔ میں نے اپنے تئیں پوچھا: اس کے ممکنہ حل کیا ہیں؟ لیکن اس کے جواب تک پہنچنے کے لیے مجھے حقائق کی چھان بین کرنی پڑی۔ میں نے پچھلے بارہ مہینوں کی اپنی ریکارڈ بک نکالی اور اعداد و شمار کا مطالعہ کرنے لگا۔

۳۔ تجزیہ یوں کو دیکھ کر مجھے بڑی حیرانی ہوئی کہ میرے ستر فی صدی سودے پہلے انٹرویو میں پانچ تھے، بعد میں بیس فی صدی، دوسرے پھیرے میں! اور مرن سات فی صدی ایسے تھے جو تیسرے۔ چوتھے یا پانچویں پھیرے میں جا کر طے ہو سکے اور انہیں سے میں بدل ہو رہا تھا اور ابھی میرا وقت ضائع کر رہے تھے۔ دوسرے الفاظ میں میں اپنا نصف وقت ایسے

کام پورف، کر رہا تھا جس سے مجھے صرف سات فی صدی آمدنی ہوتی تھی ؟

۳۔ پھر کیا کرنا چاہیے۔ صاف ظاہر ہے کہ میں نے فی الفور دو سے زیادہ پھرے ڈالنے ترک کر دیے اور جو فائدہ وقت بچھا اس میں مزید پراسپیکٹس بیچنے کی کوشش کرتا۔ اس ناقابل یقین نتائج برآمد ہوئے اور رقم توڑے ہی غریب میں میری آمدنی کی نسبت گنتی ہو گئی۔ جیسا کہ پہلے عرض کیا جا چکا ہے مزنیک بیٹ گرامر کی ایک ایک اول درجے کا انٹر نیشنل بچے والا ہے وہ فائینڈ میٹھی۔ میڈیٹل فلاڈلفیا کا ایک ملازم ہے اور ہر سال وہی ہکے ڈالر کی پالیسیں لکھتا ہے لیکن وہ اس کام کو ترک کرنے پر آمادہ تھا، وہ اپنی شکست تسلیم کرنے والا تھا۔ گھر حلقے کے تجزیے نے اس کو توجہ عمل دہی اور اسے خواہراہ کامیابی پر دلایا۔ کیا آپ اپنی کاروباری پریشانیوں پر ان سوالوں کا اطلاق کر سکتے ہیں ؟ میں اپنے جیسے کو پھر دہراتا ہوں کہ ان کی مدد سے آپ اپنی پچاس فی صدی پریشانیوں کو مٹا سکتے ہیں۔ سو اوت مندرجہ ذیل ہیں :-

۱۔ مسئلہ کیا ہے

۲۔ مسئلے کی علت کیا ہے ؟

۲۔ مسئلے کے تمام ممکنہ حل کون کون سے ہیں ؟

۴۔ آپ کون سا حل تجویز کرتے ہیں ؟

حصہ دوم

پیشانیوں کا تجزیہ کرنے کی بنیادی تکنیک

خلاصہ

اصول ۱۔ حقائق معلوم کیجئے، یاد رکھیے کہ کولمبیا یونیورسٹی کے ڈین ہارنر نے کہا تھا کہ "ہماری پیشانیوں کی وجہ یہ ہے کہ ہم فیصلے تک پہنچنے سے پہلے مسئلے کے متعلق کافی واقفیت حاصل نہیں کرتے بلکہ اس کے بغیر ہی جمع پٹ فیصلہ کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔"

اصول ۲۔ حقائق کی امتیاط سے چھان بین کرنے کے بعد کسی فیصلے پر پہنچئے۔

اصول ۳۔ جب غور و فکر سے کوئی فیصلہ ہو جائے تو پھر اس پر عمل کیجئے اور نتیجے کے متعلق کسی قسم کی تشویش یا تردد نہ کیجئے۔

اصول ۴۔ جب آپ یا آپ کا کوئی دوست کسی مسئلے کے متعلق پریشان ہو تو ان سوالوں کو کلمہ کر ان کے جوابات تلبہ کیجئے۔

۱۔ مسئلہ کیا ہے؟

۲۔ مسئلے کی علت کیا ہے؟

۳۔ مسئلے کے تمام ممکنہ حل کون کون سے ہو سکتے ہیں؟

۴۔ بہترین حل کیا ہے؟

اس کتاب سے زیادہ سے زیادہ فائدہ اٹھانے کے لئے نو تجویزیں

۱۔ اگر آپ اس کتاب سے زیادہ سے زیادہ فائدہ اٹھانا چاہتے ہیں تو آپ کو ایک بڑی فرضی شرط پوری کرنی پڑے گی جو تکنیک اور اصول کی نسبت کہیں زیادہ اہم ہے۔ جب تک آپ اس بنیادی فہمیت کو پورا نہیں کریں گے پڑھنے کو خواہ آپ ہزار اصول پڑھ جائیں سب بے سود ہوں گے۔ اگر آپ اس بنیادی تفہیم سے کما حقہ عہدہ برآ ہو جائیں تو اس کتاب کے مشیر بشور سے پڑھیں بغیر اپنی زندگی سنوار سکیں گے۔

یہ بنیادی تفہیم کیا ہے؟ آپ کے وجود میں کچھ سکینے کی گہری اور نہ زوہ خواہش اور پریشانیاں کو دور کرنے اور اپنی زندگی کو سنوارنے کا غزم استقلال اور ارادہ ہونا چاہیے۔ اس کے بغیر آپ کچھ نہیں کر سکیں گے۔

آپ اس تفہیم کو اس طرح پورا کر سکتے ہیں کہ جو اصول آپ کو اہم اور مفید نظر آئے اپنے آپ کو بار بار اس کی یاد دہانی کرائیے۔ اپنے سامنے ایک نقشہ کھینچیے۔ اس اصول کو اپنانے سے آپ کو حیرت اور صحت مند زندگی بسر کرنے میں کس قدر مدد ملے گی بار بار اپنے آپ کے مشیر فرمائی سکون، میری مستحق، میری تندرستی اور شاید میری آمدنی بھی اس کتاب میں بیان شدہ ادبی، پرانی اور مرعی حقیقتوں کے اپنانے پر منحصر ہے؟

۲۔ پہلے ہر باب کو سرسری نظر سے پڑھیں تاکہ آپ کو اس کا ہلکا سا جائزہ ہو جائے۔ اس کے بعد شاید آپ کا دل اٹھے باب کو پڑھنے کے لئے بھیجے گا۔ اگر آپ بھی تھکن کے لئے بڑھ رہے ہیں تو یہ شک ایسا کیجیے: اگر آپ کا نقطہ نظر یہ ہے کہ آپ اپنی پریشانیوں کو ختم کرنا اور اپنی زندگی سنوارنا چاہتے ہیں تو ہر باب کو دوبارہ سے پڑھیں۔ اس کا یہ فائدہ ہوگا کہ آپ کا وقت و مہنت ضائع نہیں ہوگا اور نتائج بلدی ظاہر ہونے لگیں گے۔

۳۔ اکثر پڑھتے پڑھتے رک جائیے اور سوچیں کہ آپ کیا پڑھ رہے ہیں۔ اپنے

آپ سے سوال کیجئے کہ آپ پر مشورے پر کیسے عمل کر سکتے ہیں۔ اس قسم کے مطالعے سے جیسے کئے
نوکوش کا تعاقب کر رہے ہوں۔ رُک رُک کر پڑھنا نہیں نیا وہ مفید ثابت ہوتا ہے۔
۴۔ پڑھتے وقت اپنے ہاتھ میں سرسرخ، کھربا، پنسل یا فاؤنٹین پن رکھئے۔ جب آپ
کو کوئی قابل عمل تجویز نظر آئے تو اس پر نشان لگا دیجئے۔ اگر آپ کسی مشورے کو
بے حجام اور معقول سمجھیں تو اس کے نیچے پنسل سے گھیر کھینچ دیجئے یا اس کے برابر "x"
کا نشان بنا دیجئے۔ نشانات لگانے اور گھیر کر کھینچنے سے کتاب زیادہ دلچسپ ہو جاتی
ہے۔ اور دوبارہ پڑھنے میں بڑی آسانی ملتی ہے۔

۵۔ میں ایک شخص کو جانتا ہوں جو پندرہ سال سے ایک بہت بڑی کمپنی کا آفس منیجر ہے۔
اس کی کمپنی جیسے کچھ پختہ معاہدے کرتی ہے وہ ہر پچیسے انہیں پڑھتا ہے۔ جی ہاں وہ انہیں
معاہدوں کو بار بار سنا سنا ہوا اور سال بھر پڑھتا ہے۔ کیوں؟ اس لئے کہ تجربے نے اسے
سکھا دیا ہے کہ انہیں ذہن میں رکھنے کا یہی واحد طریقہ ہے۔
میں نے ایک دفعہ فن تقریر پر ایک کتاب لکھی۔ اس پر میں نے دو سال لگائے تھے۔
پھر میں مجھے یہ محسوس ہوتا ہے کہ جو کچھ میں نے اس کتاب میں لکھا ہے۔ اسے ذہن نشین رکھنے
کے لئے مجھے وقت فوقتاً اس کتاب کو پڑھنے سے توجہ دینا چاہیئے۔ باری بھونے کی رفتار بڑی
جیتا انگیز ہے۔

چنانچہ اگر آپ اس کتاب سے فی الواقع صحیح معنوں میں کوئی فائدہ اٹھایا
چاہتے ہیں تو یہ مدت خیال کیجئے کہ اس پر محض ایک دن نہ لگاؤ۔ ڈال
لینا کافی ہوگا۔ اسے خوب اچھی طرح پڑھنے کے بعد آپ کو ہر پچیسے چند جگہ
اس کی نظر ثانی میں مرنے پڑیں گے۔ اسے ہر وقت اپنی میز پر اپنا
لگاؤ کے ساتھ رکھیئے۔ اسے اکثر الٹ پلٹ کر دیکھتے رہیئے۔ یاد رکھیئے کہ مطالعہ
اور ترقی کے راستے کبھی مسدود نہیں ہوتے۔ ان کے ساتھ ہر وقت تھکان

باقی رہتی ہے۔ اور یہ بھی یاد رکھیے کہ ہم جانفشانی اور کوششوں سے ہی آپ ان اصولوں کو شعوری عادت بنا سکیں گے۔ کامیابی کا اس کے سوا کوئی دوسرا طریقہ نہیں۔

۶۔ جامع بناؤ۔ اٹا نے ایک دفعہ کہا تھا کہ اگر آپ کسی شخص کو کچھ سکھانے کی کوشش کریں گے تو کبھی سیکھے گا۔ خسار کا قول درست ہے۔ آزمائش ایک عملی نفل ہے۔ ہم کرنے سے ہی کچھ سیکھ سکتے ہیں۔ چنانچہ اگر آپ ان اصولوں پر عبور حاصل کرنا چاہتے ہیں جو اس کتاب میں بیان کئے گئے ہیں پھر عمل طرہ پر ان کے متعلق کچھ لکھتے۔ ان اصولوں کو اپنانے کا کوئی مرقہ رائیگاں نہ جانے دیجئے۔ اگر آپ ایسا نہیں کریں گے تو آپ انہیں جلدی بھول جائیں گے۔ مفید عملی علم ہی آپ کے ذہن میں محفوظ اور برقرار رکھ سکتا ہے۔

ان مشوروں پر عمل کرنے میں آپ وقت محسوس کریں گے۔ میں جانتا ہوں کیونکہ میں نے یہ کتاب لکھی ہے پھر بھی بعض اوقات میں ان اصولوں پر عمل کرنے سے قاصر رہتا ہوں جنہیں میں نے اس کتاب میں لکھا ہے۔ اس لئے جب آپ یہ کتاب پڑھیں تو یہیت بھولنے لگے کہ آپ محض معلومات حاصل کرنے کے لئے یہ کتاب نہیں پڑھ رہے ہیں۔ آپ کے سامنے ایک مقصد ہے، آپ پرانی محوش کو ترک کر کے ایک نئی زندگی اپنانا چاہتے ہیں۔ اگر آپ زندگی کے نئے اسلوب کو آزما رہے ہیں تو آپ کو غم، ہستقل اور بڑا ہی توت امادہ، خود اعتمادی سے کام لینا ہوگا اور روزانہ اس کی مشق کرنی ہوگی۔

چنانچہ ان صفحات کو اکثر اٹھٹے پٹھتے رہیں۔ اس سے پریشانیوں پر غالب آنے کے لئے ایک مفید ہتھیار سمجھیں اور پھر جب آپ کو کوئی مسئلہ پیش آئے — تو گھبرائیے مت۔ جلد بازی اور جذبہ زہت سے کام نہ لیجئے۔ اس کا نتیجہ عموماً خوب ہوتا ہے۔ اس کے بجائے آپ ان صفحات کی طرف رجوع کیجئے اور

میں پیروں پر آپ نے نشانات لگائے ہیں، انہیں دوبارہ پڑھیے۔ پھر ان طریقوں کو آزمائیے۔ اور دیکھیے کہ آپ کی زندگی میں کیا انقلاب برپا کرتے ہیں۔
 ۷۔ اس کتاب میں جو اصول بیان کئے گئے ہیں۔ جب سمجھ آپ ہر وہ آپ کو ان کی خلاف ورزی کرتے ہوئے پچھڑے تو اسے کچھ انعام دیجئے۔ وہ آپ کو راہ راست پر لے آئیگی!

۸۔ براہ مہربانی اس کتاب کا باب ۲۲ پڑھیے اور دیکھیے کہ وال سٹریٹ کے منیکر آج۔ پی جی وول اور بوٹرسے بن کر نیکن نے کس طرح اپنی غلطیوں کی اصلاح کی۔ اس کتاب میں جو اصول بیان کئے گئے ہیں ان پر عمل کرتے وقت آپ ہمدرد اور نیکن کی خشکی سے اپنا محاسبہ کیوں نہیں کرتے؟ اگر آپ ایسا کریں گے تو وہ باتیں ظاہر ہوں گی۔
 ۹۔ آپ ایک ایسی عملی جدوجہد میں مصروف ہو جائیں گے جو نایاب بھی ہے اور پُرکشش بھی۔

ب۔ آپ کو معلوم ہو گا کہ آپ کی پریکٹس نیاں دہر کرنے اور اپنی زندگی کو سزا دینے کی صلاحیت روز افزوں ترقی کرتی جا رہی ہے۔

۱۰۔ اپنی ڈائری لکھیے۔ اس میں وہ سب باتیں درج کیجئے جن میں آپ کو کامیابی ہوئی ہے صاف گوئی اور راستہ سے کام لیجئے۔ صحیح صحیح نام اور تاریخیں اور نتائج درج کیجئے۔ اس ریکارڈ کو دیکھنے سے آپ کے دل میں بڑی بڑی امنگیں پیدا ہوں گی۔ اور پھر کئی سال بعد جب آپ اتفاقاً ان صفحات کو پڑھیں گے تو آپ کو یہ یقین ہوئی یا دیکھ اور خواب کس قدر دھنش اور سہانے معلوم ہوں گے۔

خلاصہ

۱۔ پریشانیوں پر غائب آنے کے لئے اپنے اندر ایک عزم، حوصلہ اور ہمت پیدا کیجئے۔

۲۔ اگلے باب کو پڑھنے سے پہلے ہر باب کو دو دفعہ پڑھیے۔

۳۔ پڑھتے پڑھتے رُک جائیے اور اپنے تئیں پوچھئیے کہ آپ کس تجویز پر عمل کر سکتے ہیں؟

۴۔ ہر اہم تجویز پر نشان لگائیے۔

۵۔ ہر پہلے اس کتاب کی نظر ثانی کیجئے۔

۶۔ ہر موقع پر ان اصولوں پر عمل کرنے کی کوشش کیجئے۔ اپنے روزمرہ کے مسائل کو حل کرنے کے لئے اسے ایک مفید اور کارآمد کتاب سمجھئے۔

۷۔ اپنے کسی دوست سے پوچھئیے۔ کہ آپ نے اصولوں میں سے کسی کی خلاف ورزی تو نہیں کی اور اگر وہ کہے کہ ہاں کی ہے۔ تو اسے دو روپے انعام دیجئے۔ یہ ایک دلچسپ کھیل رہے گا۔

۸۔ اپنی ترقی کا ہر نئے جائزہ لیجئے اور اپنے آپ سے پوچھئیے کہ میں نے کونسی لطیفیاں کی ہیں اور مستقبل کے متعلق کیا سوچ لیجئے، میں

۹۔ اپنی ایک ڈائری رکھئے اور اس میں وہ اصول درج کیجئے جن پر آپ نے عمل کیا ہو۔

حصہ سوم

پریشیاں ہونے کی عادت چھوڑنے کے طریقے

باب ۱۔ ذہنی پریشانیاں

پندرہ سال پیشتر کی وہ رات ہمیشہ یاد رہے گی۔ جب میرے ایک شاگرد میری مہرے ڈگلس نے مجھے اپنی سرگزشت سنائی تھی یہاں میں نے اس کا اصلی نام نہیں لکھا چند ذاتی وجوہات کی بنا پر اس نے مجھ سے یہ خواہش کی تھی کہ میں اس کی شخصیت ظاہر نہ کروں لیکن مندرجہ ذیل اس کی کچھ کہانی سے اور یہ اس نے ہماری باتوں کی ایک طاقت کے سامنے سنائی تھی۔ اس نے ہمیں بتایا کہ ہمارے گھر میں ایک دفعہ نہیں بلکہ دو دفعہ المٹاک حادثے ہوئے پہلی دفعہ میری پانچ سالہ بچی مجھ سے بھی گئی جس سے مجھے بعد محبت تھی۔ میرا اور میری کا خیال تھا کہ ہم اس حادثے کو برداشت نہیں کر سکیں گے لیکن دس پچیس کے بھائی تھالے نے ہیں ایک اور بچی عطا کی — لیکن وہ بھی پانچ روز زندہ رہنے کے بعد انتقال کر گئی۔

”یہ دو ہزار صد میرے لئے ناقابل برداشت تھا۔ میری بھوک اور گھٹتی نہیند غائب ہو گئی اور کسی پہلو پر بھی نہیں آتا تھا میرے اعصاب بالکل متزلزل ہو گئے تھے اور خود اعتمادی نہ رہتی

تالے، ٹوٹیاں - مرمت طلب تھیں۔ آپ کو یہ سن کر حیرانی ہو گی کہ میں نے دو مہینوں کے دوران میں ۲۴۲ ایسی اشیاء کی فہرست بنائی جو توجہ کی مستحق تھیں۔
 پچھلے دو سالوں میں میں نے ان میں سے اکثر چیزیں ٹھیک کر لی ہیں۔ میں ہفتے میں دو مرتبہ رات کو تعلیم بالغان کی جماعتوں میں شریک ہوتا ہوں۔ اپنے آبائی شہر کی سماجی سرگرمیوں میں حصہ لیتا ہوں اور اب کول بورڈ کا چیرمین ہوں۔ بے سید لاپسوں میں جاتا ہوں ریڈ کراس اور دوسرے امدادی اداروں کے لئے عطیات جمع کرنے میں مدد دیتا ہوں اور اب میں اس قدر مصروف رہتا ہوں کہ پریشان اور افسردہ ہونیکے لئے میرے پاس کوئی وقت نہیں بچتا۔
 پریشان ہونے کے لئے کوئی وقت نہیں! جنگ کے انتہائی نازک وقت میں جب دنیا بھر میں بڑے بڑے چرچے رونما ہو رہے تھے، ان سے سوال کیا گیا: آپ کو اپنی غیم ذمہ داریوں کے متعلق کوئی پریشانی نہیں ہوتی؟ میں نے جے جے صرف ہوں میرے پاس پریشان ہونے کے لئے کوئی وقت نہیں بچتا۔
 کا جواب تھا۔

جب چارلس کوئنگ آؤموبائلز کے لئے سیلف سٹارٹر ایکٹر کرنے میں مصروف تھا تو وہ بھی اسی الجھن میں گرفتار تھا۔ مسٹر کیٹرنگ شہو عالم جرنل سوئڈنبرج کارپوریشن کا ماس پیسنٹیڈنٹ تھا اور سال ہی میں اپنے ایک جلد سے سکروٹن ہوئے لیکن اس زمانے میں وہ اس قدر غریب تھا کہ اسے اپنی لیبارٹری گودام کے ایک کونے میں بنائی پڑی اس نے اپنا تجارتی سامان ان پندرہ سو ڈالروں سے خریداجو اس کی بیوی نے موسیقی کی کلاسوں کو پڑھا کر کما لے تھے اور بعد ازاں اپنی لائف انشورنس پر پانچ سو ڈالروں میں لیا میں نے ان کی جیب سے سوال کیا: کیا آپ اس زمانے میں پریشان نہیں ہوئی؟ اس نے جواب دیا کہ نہیں اس قدر پریشان تھا کہ میری خیمہ تک آگ لگی تھی لیکن مسٹر کیٹرنگ کو کوئی پریشانی نہیں تھی اپنے کام پر اس قدر مصروف تھا کہ ان کے پاس اتنا وقت ہی نہیں تھا کہ وہ پریشان ہو سکتے

ایک عظیم الشان سائنسدان اس سکون کا ذکر کیا کرتا تھا جو کہ لائبریریوں اور لیبز میں
 ہوتا ہے۔ وہاں سکون کیوں پایا جاتا ہے۔ اس لئے کہ وہاں لوگ مسدود معروف ہوتے ہیں۔
 کہ وہ اپنے متعلق پریشان ہو رہے ہیں۔ وسیع سلاشاؤں اور دور دوری اعضا کی شکست
 کے شکار ہوتے ہیں۔ ایسے تعلقات کے لئے ان کے پاس وقت ہی نہیں ہوتا۔

معروفیت جیسی معمولی چیز پریشانیوں کو رکھنے میں کیسے مدد دیتی ہے؟ نفسیات کے ایک
 بہت ہی بنیادی اصول کی وجہ سے کیوں کہ کبھی بھی انسانی دماغ کے لئے خواہ وہ کتنا ہی
 ذہین کیوں نہ ہو۔ ایک وقت میں ایک سے زیادہ چیزوں کے متعلق سوچ بچار کرنا ناممکن ہے
 "آپ کو شاید یقین نہیں آیا۔ خیر ہم ایک تجربہ کرتے ہیں۔

فرض کیجئے کہ آپ پیچھے کی جانب جھک کر اپنی آنکھیں بند کر لیتے ہیں، اب ذرا کوشش
 کیجئے کہ آپ ایک وقت یوم استقلال اور اپنے اگلے روز کے ہر کام کے متعلق سوچ
 سکیں (جلدی کیجئے ذرا کوشش تو کیجئے)

اب تو آپ کو معلوم ہو گیا ہوگا کہ آپ باری باری ہر قصہ اور ہر چیز پر اپنی توجہ مرکوز کر
 سکتے ہیں لیکن بیک وقت دونوں کے متعلق ایسا نہیں کر سکتے۔ بالکل یہ بات جذبات کی
 دنیا پر بھی صادق آتی ہے، ہم بیک وقت کسی اشتغال (پہنچنے کے متعلق پر جوش و سرگرم
 اور رنجیدہ و متفکر نہیں ہو سکتے۔ جذبات کی ایک قسم دوسری قسم کو خارج کر دیتی ہے اس
 بحث سے دوران جنگ میں فوج کے حامیوں دماغ کو بے انتہا مدد دی۔

جب لوگ جنگی تجربوں سے اس قدر ہراساں اور خوفزدہ ہو کر میدان جنگ سے عافیت
 لے لیتے تھے تو وہ اعضا کی امراض کے شکار ہو جاتے تھے۔ اور فوجی ڈاکٹران کے لئے یہ علاج
 تجویز کرتے تھے کہ انہیں معروف رکھا جائے۔

ان اعضا کی مرعوبوں کا تمام وقت مجموعاً خارجی معروفیات میں گزارنا تھا اور پھیلیاں
 پھٹتے، شکار پر جاتے، فٹ بال، گولف اور کرکٹ کھیلتے، تصویریں اتارتے، باغبانی کرتے،

اور رتھیں و سرود کی محفلوں میں شریک ہوئے۔ انھیں اتنا موقع ہی نہیں دیا جاتا تھا کہ وہ اپنے خوفناک تجربات کے متعلق کچھ سوچ سکیں۔

جب کام دوا کی حیثیت سے تجویز کیا جاتا ہے اسے دماغی معالجین کی اصطلاح میں پیشہ ومانہ طریق علاج کہتے ہیں۔ یہ کوئی نیا طریقہ کار نہیں۔ مسیح کی پیدائش سے پانچ سو سال قبل یونانی بھی اس کا پرچار کیا کرتے تھے۔

بین فرینکلن کے زمانے میں فلاڈلفیا کے "خائین" بھی انہی اصولوں کی ترویج کیا کرتے تھے۔ یہاں وہیں ایک شخص نے ایک خائنی شفا خانے کا سائنہ کیا۔ اسے یہ دیکھ کر بڑی حیرانی ہوئی کہ جو مریض ذہنی طور پر بیمار تھے وہ کن (FLAK) کا تنے میں معروف ہیں اسے مغالہ تھا کہ ان بیماروں کی مجبوری سے لاچار ماند اٹھایا جا رہا ہے لیکن جب خائین نے اسے سکھایا جب اسے معلوم ہوا کہ جب ایسے مریض کچھ کام کرتے ہیں تو ان کی حالت بہتر ہونے لگتی ہے کیونکہ معروفیت و عصاب کو سکون بخشتی ہے۔

دماغی معالج آپ کو بھی بتائے گا کہ معروف رہنا ہی بیلہ اعصاب کے لئے مثبت سے بہترین دوا ہے اور اس سے بہتر دوا آج تک دریافت نہیں ہو سکی۔ جب امریکی خائن ہنری لوئگ خیلو کی بیوی کا انتقال ہوا تو وہ بھی اسی حقیقت تک پہنچا۔ اس کی بیوی ایک روز فلائین پر دم بگھلا رہی تھی کہ ناگاہ اس کے کپڑوں کو آگ لگ گئی۔ لوئگ خیلو کو اس کی چیخیں سنائی دیں اس نے وقت پر پہنچنے کی کوشش کی لیکن وہ اس قدر ٹھہلس چکی تھی کہ زندہ نہ بچ سکی۔ پھر اسے لوئگ خیلو کو اس حادثے سے اس قدر دکھ پہنچا کہ وہ قریب دیوانہ ہو گیا۔ خوش قسمتی سے اس کے تین چھوٹے چھوٹے بچے اس کی توجہ کے مستحق تھے۔ اپنے غم و اندوہ کے باوجود اس نے اپنے بچوں کا باپ اور ماں دونوں بننے کا ارادہ کر لیا۔ وہ انھیں سیر کے لئے جاتا، انہیں کہانیاں سناتا، ان کے ساتھ کھیتا اور ان کی رفاقت کو اس نے اچھا نظم بچوں کے اوقات میں غیر فانی بنادیا۔ اس نے

وانے کی تعانینف کا بھی ترجمہ کیا۔ ان سب مشترک ذائقوں میں وہ اس قدر کھو گیا کہ اپنے آپ کو تقریباً بھول گیا اور اسے کھویا ہوا ذہنی سکون دوبارہ حاصل ہو گیا جب انگریز کے ملک الشعراء میں سن کے بہترین اور عزیز دوست آدھنریم کا انتقال ہو گیا تو اس نے یہ کہہ کر اپنے آپ کو تسکین دی: مجھے کام میں مستغرق ہو جانا چاہیے نہیں تو ایسا ہی مجھے ناکردے گی؟

ہم ہی سے اکثر اصحاب بہت کم پنے آپ کو کام میں مستغرق کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ ہمارے ہاتھ تو کام میں معروف ہوتے ہیں لیکن ہمارے ذہن کہیں اور قلابازیاں کھلا رہے ہوتے ہیں۔ کام ختم ہونے کے بعد لمحات تو اور بھی خطرناک ہوتے ہیں۔ اس وقت ہوتا تو یہ چاہیے کہ ہم اپنی مصروفیت سے لطف اٹھائیں اور دماغ کو فرحت و انبساط پہنچائیں۔ لیکن جوتا کیا ہے کہ ہم اس وقت اور بھی زیادہ غمگین اور پریشان ہو جاتے ہیں۔ اس وقت ہم حیران ہو کر سرچنے لگتے ہیں۔ "میں زندگی میں کچھ کر بھی رہا ہوں۔ آج میرے افسر نے جو بات کہی تھی، اس کا مطلب کیا تھا؟ کیا میرے بال تو بلیں جھوڑے؟" اس قسم کے توہمات ہیں گھبریتے ہیں۔

جب ہمیں کوئی کام نہیں ہوتا تو اس وقت ہم تقریباً خالی الذہن ہو جاتے ہیں۔ فرس کا ہر طالب علم جانتا ہے کہ فطرت خدا سے نفرت کرتی ہے۔ میرے اور آپ کے لئے خدا کے بہترین مثال برقی قہقہے کا اندرونی حصہ ہے، اگر ہم اس قہقہے کو توڑ ڈالیں تو فطرت اس نظریاتی خلا کو پُر کرنے کے لئے اس کے اندر مواد تکمیل دے گی۔

فطرت خالی صاف کو بھی پُر کرنے میں نہایت عجلت کرتی ہے۔ جذبات کے ساتھ کیوں؟ اس لئے کہ خوف، ڈر، پریشانی، نفرت، حسد اور رشک کے جذبات کو خارجی قوت اور محرک کشش اپنے پیٹے میں بٹاتے ہیں۔ یہ جذبات اتنے شدید ہوتے ہیں کہ ہمارے ذہنوں سے اس اور سکون کے تمام خیالات و جذبات کو نکالی کر باہر کرنے کے واسطے

ہو جاتے ہیں۔

ایجوکیشنل ٹیچرز کالج کولمبیا کے پروفیسر جیمز ایل، رسل نے اسے بہت اچھے الفاظ میں بیان کیا ہے۔ وہ کہتے ہیں: پریشانی اس وقت آپ کو شکستہ اور افسردہ کرنے پر ناک نہیں ہوتی جب کہ آپ اپنے کام میں مصروف ہوں۔ بلکہ اس وقت جب آپ دن کے کام سے فارغ ہو چکے ہیں، اس وقت آپ کا تخیل ہمارے کھل کھیل سکتا ہے۔ ہر قسم کے منفک چیز اور محفل امکانات کو جمع کر سکتا ہے، رائی کا ہمارے بنا سکتا ہے۔ ایسے وقت میں آپ کا دماغ انجمن کی موثر کی طرح کام کرتا ہے جو خود بخود جادوئے تغیر چل رہی ہو یہ دھڑکی ہے اور اپنے سمہاروں (سیرنگ) کو چلانے اور اپنے آپ کو توڑنے پھوڑنے کی دھمکی دیتی ہے۔ پریشانی کا علاج یہ ہے کہ اپنے آپ کو مکمل طور پر کسی تغیری کام میں مصروف رکھا جائے۔

لیکن اس حقیقت تک پہنچنے اور اس پر عمل کرنے کے لئے آپ کو کسی کالج کا پروفیسر بننے کی ضرورت نہیں۔ جنگ کے دوران میں بھی شکستہ کی ایک گھر بار والی خاتون سے ملا۔ انہوں نے مجھے بتایا کہ خود مجھے یہ معلوم ہوا ہے کہ پریشانی کا بہترین علاج یہ ہے کہ اپنے آپ کو مکمل طور پر کسی تغیری کام کرنے میں مصروف رکھا جائے۔ اس خاتون اور اس کے شوہر کے ساتھ میری طعام کاری میں ملاقات ہوئی۔ جب میں نیویارک سے اپنے فارم ہسٹوری جا رہا تھا۔ مجھے انہوں نے کہا کہ مجھے ان کا نام پوچھئے کہ وہ کون سا نام اور ایڈریس کے بغیر شالیں دینا پسند نہیں کرتا کیونکہ ان تفصیلات سے کہانی زیادہ مستند اور قابل اعتبار بن جاتی ہے (

اھیال ہویا نے مجھے بتایا کہ ان کا میٹا پرلی ہاربر کے حادثے سے اگلے روز فرج میں بھرتی ہوا تھا۔ یہ خاتون اپنے اکلوتے بیٹے کے متعلق اس تندہ مضمون اور پریشانی رہنے لگی کہ اس کی محبت بالکل تباہ ہو گئی۔ اسے ہر وقت اس قسم کے خیالات ستاتے رہتے وہ کہاں ہوگا؟ کیا وہ صبح سلامت ہے؟ کیا وہ لڑائی میں مصروف ہے؟ کیا وہ زخمی

ہو گیا ہوگا؟ مارا تو نہیں جائے گا۔

جب میں نے اس سے دریافت کیا: پھر آپ اپنی پریشانیوں پر کیسے غالب آئیں؟
اس نے جواب دیا: ”میں کام میں مصروف ہو گئی۔ میرے استفسار پر اس نے مزید کہا: ”میں نے
تو میں نے اپنی خادمہ کو جواب دے دیا اور خود گھر کا سارا کام کاج کرنے لگی لیکن یہ تدبیر کوئی
نیا دھکار گزرتا ہی نہ ہوئی۔ وجہ یہ تھی کہ میں گھر کا کام دماغ استعمال کے بغیر شیوں کی طرح کر لیتی
تھی۔ ستر بچھاتے اور بلبیں دھرتے وقت مجھے خیال ہوا کہ اپنے آپ کو جسمانی اور ذہنی
دونوں اعتبار سے مصروف رکھنے کے لئے مجھے کسی اور قسم کے کام کو تلاش کرنا ہو گا۔ چنانچہ
میں نے کوشش کر کے ایک بہت بڑے ڈیپارٹمنٹ سٹور میں سیز دیوں کی آسانی حاصل کر لی۔

اس نے کہا: ”اس کا نتیجہ یہ ہوا کہ مجھے فی الفور رہنمائی مستعدی سے کام میں مصروف ہونا
پڑا۔ میرے گرد ہر وقت قیمتیں، سائز، رنگ وغیرہ پوچھنے اور چیزیں خریدنے والے لگا ہوں
کی بیڑ لگی رہتی۔ اپنے وقتی فرض کے علاوہ مجھے کسی بھی چیز کے متعلق سوچنے کے لئے ایک
منٹ تک نہ ملتا اور جب ختم ہوتی میں اپنی مانگوں کے سوا کسی دوسری شے کا تصور
بھی نہ کر سکتی۔ جن میں کھڑے کھڑے دوپونے لگتا۔ کھانا کھانے کے فوراً بعد یہ ستر
پر میٹ جاتی اور مجھے جھٹ پٹ بلند اپنی آغوش میں لے لیتی۔ میرے پاس پریشانی ہوتی
ٹکے لئے نہ تو فرصت تھی اور نہ طاقت۔“

جان کو پر لپڑا کرنے کا خوشگوار کوکھلانے کا فن میں لکھا تھا: ”جب انسان اپنے
کام میں مصروف ہو تو ایک مخصوص قسم کی آسام دہ سلاستی، ایک عین دماغی سکون اور
ایک قسم کی خوشگوار جیسے حس اس کے اعصاب کو تسکین دیتی ہے۔ لیکن یہ خاتون لکھنے کو
پہلے اس کی مدد کے بغیر ہی اس نتیجہ پر پہنچ گئی تھی۔

اور جب انسان اس نتیجہ پر پہنچ جائے اس وقت خدا کی رحمت بھی اس پر بکھیر دے
لگتی ہے۔ مشہور عالم خاتون سیاح ادسا جاسن نے حال ہی میں مجھے بتایا کہ وہ پریشانیوں

اور انسر و جیوں پر کیے غالب آئی آپ اس کی داستان حیات اس کی کتاب میں نے بہت
کے ساتھ شادی کی میں پڑھ سکتے ہیں۔ اگر کسی عورت نے فی الواقع کبھی بہت دخل
کے ساتھ شادی کی ہے تو اسے جانسن نے یقیناً کی ہے۔ جب وہ سو سال کی تھی، اس کی
شادی مارٹن جانسن کے ساتھ ہو گئی اور وہ اسے شیفیلڈ (کینس) کی عیال سے اٹھا کر
سیاحت کے لئے یورپ کے گئے جنگلوں میں لے گیا۔ کینس کا یہ جوڑا ایک چوتھائی صدی
میں دنیا کے مختلف حصوں میں گھومتا رہا اور ایشیا اور افریقہ کی جنگلی اور خطرناک زندگی کی تصویریں
اٹا کر بنا کر آج سب سے بہت سے نظروں سے اوجھل ہوتی جا رہی ہیں۔ نو سال ہرے یہ میاں میری ماں کی
اور کچھ دیر بعد آدم کرنے کے بعد لکچر دینے اور اپنی مشہور خطیں دیکھانے کے لئے دوسرے پر
بیل کھڑے ہوئے۔ وہ ڈینور سے ہوائی جہاز پر سوار ہوئے۔ یہ جہاز ایک پہاڑ کی چوٹی سے
ٹکرا گیا۔ مارٹن جانسن ہلاک ہو گیا اور ڈاکٹروں نے اطلاع کیا کہ اسے جانسن کسی بھی بستر
سے دوبارہ نہیں اٹھ سکے گی۔ لیکن وہ اس کی فطرت کی گہرائیوں سے نا آشنا تھے۔ تین مہینے
گزرنے کے بعد وہ گڑھی گڑھی پر بیٹھ کر بڑے بڑے مجلوں کے سامنے تقریریں کرنے لگی اور
یہ حقیقت ہے کہ اس گڑھی گڑھی کو کسی میں بیٹھ کر اس نے اس موسم میں ایک سو سے زائد تقریریں
کیں۔ جب میں نے اس سے پوچھا: آپ نے ایس کیوں کیا؟ اس نے جواب دیا: تاکہ علم و انسر کی
کے لئے میرے پاس کوئی وقت نہ رہے۔

اور جانسن نے وہی حقیقت دریافت کی تھی۔ ایک صدی پیشتر انگریزی ملک
میں علامہ رڈفینس نے جس کا فتوا لایا تھا: مجھے اپنے آپ کو کام میں مت صرف کر دینا چاہیے
نہیں تو اچھی مجھے فک کر دے گی۔

امیر البحر بیاروٹ نے بھی بالکل یہی حقیقت دریافت کی تھی جب وہ پانچ مہینوں تک تنہا
ایک معمولی جھونپڑی میں رہا۔ جو قطب جنوبی کی بریلی چادر میں ڈھکی ہوئی تھی۔ وہ
بریلی چادر جو فطرت کے قدیم ترین سازوں کی دین ہے۔ وہ بریلی چادر جس نے اپنے

نیچے امریکی اور یورپ زیادہ بڑے برہمن کو ڈھانپ رکھا ہے اور امیر البحر بیارٹنے ہاں
 تن تہا پانچ جینے بسر کئے یومی کے اندر ہاں چاروں طرف کی قسم کی جاندار سے کا وجود ہی
 عقلمندی اس قدر شدید اور سخت تھی کہ جب ہوا اس کے کانوں کے پاس سے گزرتی تو وہ اپنے
 سانس کو بندھ جوتے اور ان کی قلیں بنے سُن سکتا تھا۔ امیر البحر بیارٹ اپنی کتاب لکھتا میں ہیں
 ان پانچ جینوں کے متعلق بتاتا ہے جو اس نے اس روم فرسا اور جگر گداز تاریکی میں بسر
 کئے وہاں دن اتنے ہی تاریک تھے جتنی کہ راتیں۔ اپنے ہر ش وحواں کو برقرار رکھنے کیلئے
 مجھے ہر وقت کی نہ کی غفلت میں مصروف رہنا پڑتا تھا:

وہ لکھتا ہے: "رات کے وقت جی جلانے سے پیشتر میں نے اگلے دن کے پروگرام کا
 نقشہ بنانے کی عادت اختیار کر لی۔ پروگرام کچھ اس قسم کا ہوتا کہ میں ایک گھنٹہ سرنگ فراز
 کے لئے وقف کر دیتا، آدھ گھنٹہ عرف کو ہوا رکرنے، ایک گھنٹہ ایندھن کے ڈرام سید
 کرنے، ایک گھنٹہ کھانے کی سرنگ کی دیواروں پر بک شیف کاٹنے اور ایک گھنٹہ برف
 کاٹری میں شکر سے ملی کی مرمت کرنے میں لگا دیتا۔"

"اس طرح وقت کی تقسیم کرنے سے بڑا مزہ رہتا تھا۔ اس نے مجھے اپنے اُپر قیادت
 حاصل کرنے کی غیر معمولی قوت کا احساس ہوا۔ اور وہ مزید لکھتا ہے: اس پروگرام کے
 بغیر دن بے کیف اور بے مقصد ہوتے اور جیسا کہ عموماً ایسے حالات میں ہوتا ہے مقصد
 کے بغیر وہ پریشانی، انتشار اور راولسی میں ختم ہوتے اور شاید میری جگہ ہی طاری ہو جاتا:
 آخری صبح کو دیکھئے: مقصد کے بغیر دن پریشانی، انتشار اور راولسی میں ختم
 ہوتے:"

اگر آپ اور میں پریشان ہوں تو ہم کام کو بطور صدا کے استعمال کر سکتے ہیں۔ یہ الفاظ
 ہارورڈ یونیورسٹی کے طبیعات کے سابق پروفیسر رچرڈ ڈاکٹر کی ٹی وی کیسٹ کے ہیں وہ
 اپنی کتاب انسان کیسے رہتا ہے میں لکھتے ہیں، ڈاکٹر کی حیثیت سے مجھے بہت سے لوگوں کو کام

کے ذریعے صحت یاب ہوتے دیکھنے کی خوشی حاصل ہوتی ہے۔ یہ لوگ رمد فرمایا ریلوں میں مبتلا تھے جو شک بے گنجی، پچھلی ہٹ، تذبذب، خوف اور حیرتوں کے جذبات سے مغلوب ہونے سے پیدا ہوتی ہیں۔ ہمیں کام کرنے سے جو جو صلہ ہوتا ہے، وہ خود اعتمادی کی مانند ہوتا ہے اور جسے ایمرن نے ابوی دوشاں اور لازوال بنادیا ہے۔

لکڑی اور یں بیکار بیٹھے انجمنوں کا مانا پانا بنتے رہتے ہیں تو تم چار س ڈارون کے حبیب اشد ہوں گے ریوٹر پیدا کرنے کے سوا کچھ نہیں کر سکیں گے اور یہ اندھ سے ہیں کہ کھلا کر دیں گے اور ہماری قوت ارادی اور قوت عمل کو تباہ کر دیں گے۔

ہیں نیویا ملک کے ایک بزنس میں کو جانتا ہوں، جو اپنے کام میں اس قدر لگن رہتا ہے کہ اس کے پاس تین سو پڑھانے اور جی کرٹھانے کے لئے کوئی وقت ہی نہیں ہوتا اس کا مینجیر لونگ میں ہے اور اس کا دفتر والے اسٹوٹ میں ہے وہ میری تعلیم بالغان کی ایک جماعت کا طالب علم رہ چکا ہے اور پڑھائیوں کو دور کرنے کے متعلق اس کی گفتگو اس قدر دلچسپ اور مؤثر تھی کہ میں نے کلاسی ختم ہونے کے بعد اسے اپنے ساتھ لے کر آکھانے کی درخواست دی ہم آدھی رات تک ایک ریستوران میں بیٹھے اس کے تجربوں کے متعلق باتیں کرتے رہے اس کی کہانی مندرجہ ذیل ہے جو اس دور میں اس نے مجھے سنائی۔

اٹھارہ سال ہو گئے ہیں اس قدر پریشان رہا تھا کہ مجھے بے خوابی کی شکایت ہو گئی میں کبھی کبھی، مجھ پر اٹھارہ وقت گھنٹے کے عالم میں رہتا میں نے محسوس کیا کہ میں یقیناً اعصابی شکست کا شکار ہو جاؤں گا۔

وہ میرے پاس پریشان رہنے کی کئی درجات تھیں، میں کراؤلی فوٹ اینڈ ایڈیٹر ٹیکٹ کبھی ۱۹۱۸ء دسٹ برادوے نیویارک کا نو اپنی تمام قوتوں میں بندھا رہا غریب چلے گئے مجھ کی قیمت پانچ لاکھ ڈالروں سے کم ہو گئی تھی اس کے یہ ڈیڑے مہینے کیم بنانے والوں کے پاس فروخت کر رہے تھے! چنانچہ بیا رگری ختم ہو گئی کیونکہ نیشنل ڈیمو ایڈر

لوڈون جیسی آس کریم بنانے والی بڑی بڑی فرمیں پیپوں میں بند اسٹاربرری خرید کر اپنی پیداوار میں تیزی سے اضافہ کر رہی تھیں اور اپنا وقت اور سرمایہ بچانے لگی تھیں۔

”ہمارے ذمہ صرف پانچ لاکھ ڈالر اسٹاربرری میں بھینس چکے تھے جسے ہم فروخت نہیں کر سکتے تھے بلکہ ہم اگلے بارہ مہینوں کے لیے دس لاکھ ڈالر کی اسٹاربرری خریدنے کا معاہدہ کر چکے تھے ان کے بھی منافع ہونے کا امکان تھا ہم مختلف بلکوں سے پہلے ہی ساڑھے تین لاکھ ڈالر فروخت کر چکے تھے۔ اب حتی الامکان دس نو سو ترقیوں کو واپس کر سکتے تھے اور انہیں دوبارہ جاری کر دے سکتے تھے اگرچہ پریشان تھا تا آپ کو تعجب نہیں ہونا چاہیئے۔

”بس فوراً وائس ویل ریکی فریڈلین ہینچا جہاں ہماری ٹیکسٹری تھی۔ اور اپنے پریذیڈنٹ کو یقین دلانے کی کوشش کی کہ حالات بدلی چکے ہیں اور ہم تباہی کے غار کے مہانے پر پھڑپھڑے ہیں۔ اس نے میری بات سننے سے انکار کر دیا اور سارا الزام غویارک کے دفتر کے سر منڈھ دیا کہ پرمسیدز میں شپ کا قصور ہے۔

”کئی دن کے بحث مباحثے کے بعد میں اسے یہ ترغیب دلانے میں کامیاب ہو گیا کہ اسٹاربرری کے مزید کچلک کو بند کر دیا جائے اور جو نیا مال آئے اسے مان ترانسکو کو تازہ پھلوں کی مشین میں فروخت کر دیا جائے۔ اس سے ہمارا مسئلہ تھوڑا سا حل ہو گیا۔ اب قدرتا مجھے کئی قسم کی پریشانی نہیں ہونی چاہیے تھی لیکن میں ایسا نہ کر سکا۔ پریشان رہنا ایک حادثہ کہہ لے اور مجھے یہ عادت تھی۔

”جب میں نیویارک واپس پہنچا تو ہر چیز کے تعلق پریشان رہنے لگا۔ ہم اٹلی سے جوشا ہارن خرید رہے تھے اور جو اٹلی چیزوں سے انسان وغیرہ ان کا کیا بنے گا۔ میں ہر وقت کہتی کہ میں اور جیلا یا ہوا ہر سنا مجھے نیند نہیں آتی تھی اور جب کہ میں پہلے غریب کرچکا ہوں، میں اعصابی شکست کی طرف جا رہا تھا۔

”مائیوسی کے عالم میں میں نے ایک ایسا طرز زندگی اختیار کر لیا۔ جس نے میری غرابی کا

علاقہ کر دیا اور میری پریشانیوں دور کر دیں۔ میں اپنے کام میں اس قدر مصروف ہو گیا کہ میرے پاس پریشانی ہونے کے لئے وقت ہی باقی نہ رہا۔ پہلے میں صحت گھٹنے رہنا نہ کام کیا کرتا تھا اب میں نے بندہ رہ بندہ سولہ سولہ گھنٹے روزانہ کام شروع کر دیا۔ یہ سہرے بھٹا کھانے کے وقت پہنچ جاتا۔ اور تقریباً آدھی صحت تک دم میں بیٹھا رہتا۔ میں نے نئے نئے افغان اور نئی دہلی داریاں منجھل میں جب ہی آدھی رات کو گھر آتا تھا تو اس قدر تھک جاتا تھا کہ لمبے سو رہتا تھا۔ یہ چند سیکنڈوں کے اندر مجھے نیند آجاتی تھی۔

میں نے تین مہینے تک اس پروگرام پر عمل کیا، اسی دوران میں میری پریشان ہونے کی عادت ختم ہو چکی تھی۔ چنانچہ میں معمول کے مطابق سات گھنٹے کام کرنے لگا۔ یہ عادت چارہ سال پہلے پیش آیا تھا۔ اس وقت سے آج تک میں بے خوابی اور پریشانی کا شکار نہیں ہوا۔

جاری برادر شاہ نے بالکل درست کہا تھا۔ بد دلی اور شکستگی کا راز یہ ہے کہ آپ اس سوچ میں لگے رہیں کہ میں خوش ہوں یا نہیں؟ چنانچہ اس کے متعلق سوچنے کی پروا ہی نہ کیجئے۔ کمزوریت باندھ کر کام میں مصروف ہو جائیے۔ آپ کا خون حرکت کرنے لگا۔ آپ کا ذہن متحرک ہو جائے گا اور آپ کے جسم کے اندر زندگی کی یہ مثبت ہرکس آپ۔ لگے دماغ سے پریشانیوں کو نکال دیں گی۔ مشغول رہیے۔ یہ دنیا میں ارزاں ترین دوا ہے۔ اور مفید ترین بھی ہے۔

پریشانی کی عادت کو توڑنے کے لئے اصول یہ ہے:-

مصرف رہتیے پریشان آدمی کو کام میں مستغرق ہو جانا چاہیے مبادا پریشانی اسے تباہ کر ڈالے۔

باب ۱۔ معمولی اور ادنیٰ باتوں کے اثرات ۔

• مندرجہ ذیل ایک ڈرامائی کہانی ہے جو غالباً مجھ مرتے دم تک یاد رہے گی یہ مجھے سب سے پہلے سنائی تھی وہ ۱۹۴۱ء کی لینڈ یونیورسٹی میں ڈوریا ست نیو جرسی میں رہتا ہے یہ کہانی آپ اس کی زبانی کہیں گے۔

مارچ ۱۹۴۲ء میں میں نے اپنی زندگی کا سب سے بڑا سبق سیکھا۔ مجھے یہ سبق ہندوستانی کے ساحل کے قریب ۲۷۶ فٹ پانی کی گہرائی میں حاصل ہوا تھا میں ان اکٹھی ۲۰ دیوں میں سے ایک تھا جو اب بدھ مت کی تھی ۱۹۴۱ء۔ ایس۔ ایس۔ ۲۱۸ میں سوار ہوئے تھے ہمیں راڈر کے ذریعے معلوم ہو گیا تھا کہ ایک چھوٹا سا جاپانی بیڑا ہمارے سامنے آ رہا ہے۔ جب پوچھنی تو ہم نے حاکم نے کیلئے نیچے غوطہ مارا۔ پیری سکوپ میں سے مجھے جاپانیوں کا ایک تباہ کن جہاز ایک ٹینکر دیکھ رہے تھے وہ دلا جہاز اور ایک مائن لیٹر دیکھیں کھانے والا جہاز نظر آئے۔ ہم نے تباہ کن جہاز چوتھیں بار تار سپیڈ کے فائر کئے لیکن ہر بار تار سپیڈ میں کوئی نہ کوئی نقص پڑ جاتا تھا جس سے ہمارا نشانہ غلط جاتا تھا۔ تباہ کن جہاز اس بات سے خبردار ہوا کہ اس پر حملہ کیا جا چکا ہے آگے چلتا رہا۔ ہم آخری جہاز مائن لیٹر پر حملہ کرنے کے لئے تیار ہو رہے تھے کہ اچانک وہ ٹینکر ٹھہرا اور سرسیدھا ہماری طرف آیا ایک جاپانی غلطی سے نے ہمیں سالٹ فٹ پانی کے ٹپے دیکھ کر یہ سمجھا اور سپیڈ بڑھانے کے ذریعے جاپانی مائن لیٹر کو چارہ پوزیشن سے آگاہ کر دیا تھا ہم مزید سخت سے بچنے کے لئے پانی کی سطح سے ڈیڑھ فٹ نیچے چلے گئے اور گہرائی سے حاکم نے کیلئے کیل کا نئے ڈورسٹ کرنے لگے ہم نے دوا دوا زلہ اور کھڑکیوں پر ایک سری پٹھنیاں پڑھ لی ہیں، ہلکے، ٹھنڈی ہنپانے والی مشینیں اور تمام برقی گیسز بند کر دیئے گئے تاکہ غصیف کا آواز بھی آجور دن کے باہر نہ جاسکے۔

”تین منٹ کے بعد جہنم بھوٹ پڑا، کچے بعد ونگ کے ہلکے سے قریب چھ سرنگیں پھٹیں اور انہوں نے ہمیں ۲۷۶ فٹ کی گہرائی میں سمندر کی دھمکے پہنچا دیا۔ خوف سے ہماری جان نکل گئی۔“

ایک ہزار سے کم فٹ کی گہرائی میں حد خط ناک سمجھا جاتا ہے اگر گہرائی پانچ سو فٹ سے کم ہو تو
 قطعی ملک ہو گا ہے اور ہم تو پانچ سو فٹ کے نصف سے کچھ کم ہی زیادہ گہرائی میں تھے۔
 یعنی وہ حالت میں ہمیں سلائی کی اتنی ہی امید ہو سکتی تھی جتنی آرڈر بریفیدی۔ پندرہ گھنٹے تک
 وہ جاپانی مائنیئرنگیں پھینکتا رہا۔ اگر ایک سرنگ آدھے سترہ فٹ کے اندر اندر پھٹ
 جائے تو اس کے دھماکے سے گنتی میں سو درجہ بڑھ جاتا ہے۔ ہمارے کشتی سے چاس فٹ کے دائرے
 میں سبوں سرنگیں پھٹیں ہمیں سلائی کی خاطر حکم دیا گیا کہ ہم اپنے سونے کے تختوں کے ساتھ لگ
 کر چپ چاپ لیٹے رہیں۔ اس قدر خوفزدہ تھا کہ شکل ہی سانس لے سکتا تھا۔ یہ یاد دار
 اپنے آپ سے کہہ رہا تھا: اب مرا..... اب مرا..... اب مرا! ٹھنڈک پہنانے
 والی شینری اور پنکھوں کے بند ہو جانے سے آہستہ آہستہ اندر درجہ حرارت سو درجے سے بڑھ
 چکا تھا۔ لیکن میں خوف سے اس قدر کانپ رہا تھا کہ مجھے اپنا سویرا، محمود لاجپٹ پنہا پڑا پھر
 بھی شیری سے میری کپکپاہٹ دماغ میں بوٹی تھی میرے دانت ٹھٹھکارے تھے اور ہم پر کھنڈا اور کلہ
 پسینہ چھوٹ رہا تھا۔ یہ علم پندرہ گھنٹے تک جاری رہا اور اس کے بعد چانگ بند ہو گیا۔ ظاہر ہے کہ
 جاپانی جہاز کے پاس سرنگوں پر خم ہو گئی ہوں گی۔ اور وہ جلا گیا تھا۔ جلنے کے یہ پندرہ گھنٹے پندرہ گھنٹے
 سال سہلک ہوتے تھے میری ساری زندگی میری آنکھوں میں پھر گئی۔ میں نے مہینے بڑے کام کئے تھے
 جتنے چھوٹی چھوٹی بے ہودہ باتوں کے متعلق ہیں پریشان ہوا تھا، وہ سب مجھے یاد آگئیں۔
 بحری قوت میں بھرتی ہونے سے پہلے ہی ایک بینک میں کلرک کیا کرتا تھا۔ میں مولوی خواہ اور ترقی
 کے ادنیٰ مواقع کے متعلق پریشان رہا کرتا تھا۔ میں اس سرورہ تھا کیونکہ میرا اپنا کوئی مکان نہیں تھا
 میں نئی لاٹریں خرید سکتا اپنی میری کو غیبی ادا اگلے کپڑے ہیسا نہیں رکھتا تھا۔ مجھے اپنے پوتے
 ملک کسی قدر نفرت تھی جو ہمیشہ نفرت علامت اور محنت چینی کرتا رہتا تھا۔ مجھے یاد آیا کہ میں بات
 کو کس قدر مہذبانہ جواب نہ پھیلے اے اب ہم جو کر گھبرا آتا تھا اور سولی سولی باتوں پر
 اپنی بیوی سے جھگڑا پڑتا تھا۔ موٹر کے ایک حادثے میں میری پیشانی پر ایک کاری زخم آیا تھا۔

جس سے محل ایک ماسخ پر چڑھا تھا، جس کے منہ پریشان بہت تھا۔
 کچھ سال پہلے پریشانیوں کتنی بڑی نظر آتی تھیں لیکن اب جب کہ سب کچھ اگلے
 جہان میں پہنچانے کی دھمکیاں دے رہی تھیں تو یہ پریشانیوں کا مہل فیصلہ کن اور حقیقی نظریہ
 تھیں۔ اس نے اپنے دل میں یہ فیصلہ کر لیا کہ اگر مجھے دوبارہ جاننا نہ دے گا تو وہ دیکھے گا
 موقوف طاقتوں کو بھی پریشان نہ ہو گا کبھی نہیں ہو گا کبھی نہیں!! اس نے ان
 قیامت خیز گھنٹوں میں زندگی کے فنا کے تعلق اس قدر کچھ جیسا کہ ایک یونیورسٹی میں
 چار سال تک کتابیں پڑھنے سے بھی حاصل نہیں ہوا تھا۔

ہم اکثر زندگی کے بڑے بڑے مصائب کا دلیری اور پامردی سے مقابلہ کرتے ہیں لیکن
 ناکارہ اور حقیقی چیزوں کے سامنے اپنی گردن جھکا دیتے ہیں۔ مثلاً سونے پیسہ اپنی دائریں
 منڈن میں سر میری دین کی پھانسی پر چڑھا جانے کا ذکر کرتا رہے جب میری بیٹ نام پر چڑھا
 تو اس نے اپنی زندگی کے لئے مدعا مست نہیں کی بلکہ جلد سے صرف یہ التجار کی کہ وہ اس تکلیف
 دہ چھندے کو زیادہ دیر تک اس کا گردن میں نہ رہے وہ!

یہ دوسری چیز تھی جو میرا بھرپور دھوکہ قلبی راتوں کی خوفناک سردی اور تاریکی میں سوسا ہوتی
 کہ اس کے ساتھ معمولی باتوں کے تعلق زیادہ رنجیدہ رہتے ہیں انھوں نے نقطہ اتحاد

سے اس کا وہ جے نیچے کی سردی میں جو مصائب و مشکلات پیش آتے ہیں مدد نہیں ہوتی
 برداشت کر لے لیکن میڈم کے رفیق رہتی کرتے کرتے چپ ہو جاتے تھے کیونکہ ہر ایک کو
 شبہ ہوتا تھا کہ دوسرا اس کی معینہ جگہ چھیننے کی کوشش کر رہا ہے اور میں ایک ایسے شخص کو بھی
 چانتا ہوں جو اسی وقت تک کھانا نہیں کھاتا تھا جب تک اسے کھانے کے کمرے میں کوئی
 ایسی جگہ نہ مل جاتے جہاں سے وہ ایک تیرنا نے وہاں کے شخص کی نظروں سے اچھل نہ ہو جائے
 جو اپنا نواز لگنے سے پہلے اٹھائیں بارہا جاکر رہتا تھا۔

میرا بھرپور مدد آئے تھے تھکاتے ہوئے کپ میں اس قسم کی چھوٹی چھوٹی قبیحیت یافتہ

آدمیوں کو بھی جنوں کی سرحد پر پہنچانے کی اہلیت رکھتے ہیں۔

امیر احمد صاحب آپ کو یہ بھی کہہ دینا چاہیے تھا کہ چھوٹی چھوٹی اور ادنیٰ باتیں، انعامی زندگی میں لوگوں کو جنوں کی سرحد پر پہنچا دیتی ہیں اور دنیا کی آدھی ریشائیوں کی دلدہ دار ہیں۔ کامیابی بڑی ٹھیکہ جیسی اس نظر سے متعلق ہے۔ مشق کے گھوکے ایک نوجوان سید جہنوں نے چالیس ہزار سے نیلودہ ناغوش گوارشادوں کے فیصلے کئے تھے کہتے ہیں: اکثر از مدراج جھگڑوں گی دہیں بالکل ادنیٰ اور حقیر باتیں تھیں۔ یہ اور نیویارک کے ٹیٹل ٹیٹل کے بوسٹر کے نزدیک ایسے ہو گئے کہتے ہیں: ہماری خفیہ مدتوں کے پورے آدمی سے مقدمے بالکل ٹولی پائل سے شروع ہوتے ہیں۔ بدوئم کی خود نمایاں، گھر کی قوتوں میں ہوا سنت، تیر گئے تھیرے اشارے گستاخانہ طرز عمل۔ یہی ہماری اور چھوٹی چھوٹی باتیں جو اکثر قتل اور غریزی کا سبب بنتی ہیں۔ ہم یہی بہت کم کے ساتھ کوئی حقیقی زیادتی ہوتی رہے لیکن ہماری خود پسندی اور خود بینی کو ان باتوں سے ٹھیک نہیں پہنچتا۔ اور اسی وجہ سے ہماری رنج بھلا ٹھٹھ ہے اور یہی انتقام پر مبنی کر دیتی ہے۔ جب ایشیو معد زوئیٹ کشادہ ہوئے تو وہ شروع شروع میں کئی روز تک پریشان رہی کیونکہ باورچی نے کھانا اچھی طرح نہیں پکایا تھا۔ لیکن اب اگر ایسا مرتد پیش آئے: سر رند ویٹ کہتی ہے: تو ہی کندھے سیکڑ کھانے کے متعلق بھول جاؤں گی؟ خوب جذباتی انسان بھی روئے اختیار کرتے ہیں کیونکہ ان کا منظم ایک باہر خود مختار ملک تھی لیکن جب اس کے باورچی سے کھانا خراب ہو جاتا تھا تو وہ جس کربات ختم کر دیتی تھی۔

یہ امر میری بیوی شکاگو میں کھانے پر ایک دوست کے گھر مدعو تھے لکھتے تھے وقت پر دست سے کچھ غلطی ہو گئی تھی۔ نہ اسے نہیں دیکھا تھا اور اگر دیکھ بھی لیتا تو کوئی پرواہ نہ کرتا لیکن اس کی بیوی نے اس کی غلطی پر ڈال دی تھی۔ اور چلا کھڑی تھی۔ جان دیکھو تو تم کیا کر رہے ہو! ہمیں ابھی تک سیتے سے کھانا نہیں لگنا نہیں آیا۔

بہر حال ہر طرف مخالف ہو کر رہی۔ یہ بہت غلطی کرتے ہیں بس ڈھنگ سے کام کرنے

کی کوشش بھی نہیں کرتے۔ ممکن ہے ہمارے میزبان کو سلیقہ سے گوشت کا ٹٹا نہ آتا لیکن یہ
 ان کی تعریف کرتا ہوں کہ وہ سال سے ایسی بیوی سے تباہ کر رہے ہیں۔ اور کچھ اور صاف بات
 تو یہ ہے کہ بیوی کی بھڑکیوں اور گھر کیوں سے بھری ہوئی لذیذ سے لذیذ ترین غذاؤں پر
 معمولی ساگ بات اور دال روٹی کو ترجیح دے گا۔ جو پیار و محبت سے مجھے مل جائے۔
 اس واقعہ کے کچھ عرصے بعد میری بیوی اور میں نے چند دوستوں کو کھانے پر بلایا۔ اُن
 کے آنے سے چند منٹ پہلے میری بیوی کو معلوم ہوا کہ تین دست پاک (۱۷۸۶ KIN) میز کی
 چادر سے جدا ہو گئے ہیں۔

جب دعوت ختم ہو گئی تو میری بیوی نے مجھے بتایا میں دوڑ کر بارہا خانے میں گئی اور
 خانہ سالوں نے مجھے بتایا کہ تین دست پاک تو دھلنے کے لئے معمولی کے یہاں گئے ہوں گے۔
 مجھے رہ رو کر خیال آتا تھا کہ اس حادثہ نے میری دعوت کا ستیاناس کر دیا۔ پھر میں نے سوچا
 ”اچھا جو ہر سو رہا، دیکھا جائے گا اور میں کھانے کا انتظام کرنے لگی اور اچھی طرح گزارنے کا
 تہیہ کر لیا۔“ چنانچہ اب اسی ہوا۔ اس نے مزید کہا ”میری بہ گوارا کروں گی کہ میری سعادت مجھے
 بچوہر بچیں لیکن یہ برداشت نہیں کر سکتی کہ کوئی مجھے بد مزاج اور احمقانہ کہے تاہم میرا خیال
 ہے کہ کسی نے بھی دست پا کوں کا خیال نہیں کیا۔“

قانون کا ایک مشہور مقولہ ہے: ”قانون کو ادنیٰ چیزوں سے کوئی مداخلت نہیں ہوتا۔ اگر
 کوئی شخص ذہنی سکون کا مستحق ہے تو اُسے بھی یہی کرنا چاہیئے۔“

ادنیٰ اور حقیر باتوں پر غالب کے لئے میں ذہن میں نئی نئی اور خوشگوار باتوں کا تصور
 کرنا چاہیئے۔ انھیں پیرس دیکھنا پڑتا اور نصف درجن دوسری کتابوں کے مصنف

میرے دست، ہونہر کردئے نے ایک عجیب مثال دی ہے۔ ان کی حالت یہ تھی کہ وہ
 نیویارک میں اپنے کمرے میں اپنا کام کرتے کرتے برقی آتش دان کی ترخوہٹ پر جھلنے
 لگے جب بجھ چکے دھماکے پیدا ہوئے اور سول سول آواز میں آنے لگیں تو ان کو اپنا مہر پر

ہو جاتا اندھ اپنی میز پر بیٹھے کوفت اور جھلا ہٹ سے نیم پاگل ہو جاتے۔
 وہ کہتے ہیں "پھر ایک روز مجھے اپنے چند دوستوں کے ساتھ شکار پر جانے کا موقع ملا۔ ہمیں کھڑی ہوئی آگ میں گوشت کھینچتے دیکھ کر مجھے برقی آتش دان کی تڑخ خود اسٹ کا احساس ہوا۔ لیکن مجھے یہ آواز نہ کیوں پسند ہے اور اس سے کیوں نفرت؟ جب میں ٹھہر گیا میں نے اپنے آپ کہا۔ آگ میں بازوؤں کے چھٹنے کی آواز بڑی خوشگوار محسوس آتش دان کی آواز بھی تقریباً ویسی ہی ہے اب میں اچھی طرح سوچوں گا اور اس شور سے ہرگز پریشان نہیں ہوں گا۔ چنانچہ میں نے ایسا ہی کیا۔ چند دنوں تک تو مجھے اس ترخو اسٹ کا احساس رہا لیکن پھر میں اس کے متعلق بھولا گیا۔
 یہی حال دھری چھوٹی چھوٹی پریشانیوں کا ہے، ہم انہیں ناپسند کرتے ہیں، اس لئے انہیں نہیں جانتے۔ تب میں اس کی وجہ خوف اتنی ہی ہوتی ہے کہ بانی سے کام لیتے ہیں۔"

انگلتان کے سابق وزیر اعظم ڈیوڈ ایلی نے کہا تھا۔ زندگی اتنی تھوڑی ہے کہ اسے چھوٹا بنانا نہیں ہے۔ رسالہ بیفہنٹ میں آندرے دردا لکھتا ہے۔ ان الفاظ نے مجھے کئی تکلیف دہ سوالات کے ساتھ ساتھ یہ سوچنے پر مجبور کیا ہے ہم اکثر چھوٹی چھوٹی باتوں کے متعلق بے چین ہو جاتے ہیں جنہیں حقیقت میں کچھ کر بھی نہیں دینا چاہیے۔۔۔ اس دنیا میں ہمارے پاس مرنے کے لئے صرف چند سال ہی تو ہیں۔ لیکن ہمارا دستور چل گیا ہے ہم اکثر قیمتی لمحات کو غفلت اور پریشانیوں کے سلسلے میں ضائع کر دیتے ہیں جنہیں ہم اور نصف سال بھر کے اندر اندر بھلا دے گا نہیں ہم ایسا نہیں کر سکتے۔ ہم اپنی زندگی کو سنواریں گے۔ اسے اعلیٰ دہندہ خیالات، ماحول و احساسات کے لئے وقف کر دیں گے ہم ہمیشہ اچھے تصور، بلند خیالات اور دیباچہ پر قائم کریں گے کیونکہ زندگی اتنی تھوڑی ہے کہ اسے چھوٹا بنانا ناممکن ہے۔
 ریڈیو کمپنی کے جیسا کہ بلند پایہ انسان بھی بعض اوقات یہ بھول جاتا تھا کہ زندگی اس قدر تھوڑی ہے کہ اسے چھوٹا بنانا ناممکن ہے۔ اس کا نتیجہ کیا نکلا؟ اس کے کمالے

اور اس نے مشہور تاریخی مقدمہ لڑا۔ اور اس مقدمے کو اس تدریثیت حاصل ہوئی کہ اس کے متعلق ایک کتاب لکھی جا چکی ہے۔ جس کا نام "ریڈیانت کپلنگ"

سہ جنگ مہ درمانٹ سے کہانی اس طرح بیان کی جاتی ہے کہ کپلنگ نے علاقہ درمانٹ کی ایک لڑکی سے شادی کی تھی۔ اور ہیرشل پورہ درمانٹ میں ایک خوبصورت مکان کر دیں رہائش اختیار کر لی۔ اسے تو تین تھی کہ وہ اپنی باقی ماندہ زندگی یہیں گزارے گا۔ اس کا سارا بیٹی بلیسچر اس کا بہترین دوست بن گیا۔ وہ دونوں اکٹھے کام کرتے اور اکٹھے کھیلتے۔ کپلنگ نے بلیسچر سے کچھ زمین خریدی اور معاہدہ کر لیا کہ بلیسچر کو ہر سال گھاس کاٹنے کی اجازت ہوگی۔ ایک دن بلیسچر نے دیکھا کہ گھاس والے قطعے میں باغیچہ لگا رہا ہے۔ اس کا خون ابلنے لگا۔ وہ سخت غیظ میں آ گیا، کپلنگ کہاں خاموش رہنے لگا تھا۔ اس نے بھی جوابی کارروائی کی اور درمانٹ کے سبز پٹروں کے اوپر فضا میں ایک ہو گئی۔

چند دنوں کے بعد جب کپلنگ اپنی سائیکل پر کہیں جا رہا تھا کہ اچانک اس کا سالہ چھوٹے اور گھوڑوں کو ٹکر کے پار لے آیا اور کپلنگ کو نیچے گرا دیا۔ اور کپلنگ نے مصنف جس نے لکھا تھا کہ جب آپ کے گرد پیش تمام لوگ اپنا دفاعی توازن کھو چکے ہوں اور آپ کو الزام دے رہے ہوں، اگر آپ اپنا دفاعی توازن برقرار رکھ سکیں..... خود اپنا دفاعی توازن کھو بیٹھا اور ہم کھا کر کہا کہ میں بلیسچر کی گرفتاری کے وارنٹ جاری کروا کر دم لوں گا، اس کے بعد ایک طویل اور سختی خیز مقدمہ شروع ہو گیا۔ بڑے بڑے شہروں سے نامہ نگار جاتے واردات پر آ دھکے اور ساری دنیا میں خبریں چکر لگانے لگیں۔ فیصلہ تو کسی چیز کا نہ ہوا۔ کپلنگ اور اس کی بیوی باقی ساری عمر کے لئے امریکی جھوٹے پرمجور ہو گئے۔ لیکن ایک ادنیٰ بات پر تین ساری پریشانی اور تلخی ہنسنے لگا کہ ایک گھانا:

کچھ بعد ہم باقی لوگوں سے ایک گھنٹہ بعد دروازے پر پہنچے، پرائیویٹ دروازے کی چابی سٹرینفرڈ کے پاس تھی چنانچہ وہ ہمارے پہنچنے تک وہیں جنگلیں کھڑے انتظار کرتے رہے جہاں گئی اور پھر دوں کا دور دورہ تھا۔ پھر اتنی زیادہ تعدادیں تھے کہ راہب بھی ان سے کچھ پتھر کر بھاگ جاتے لیکن وہ سٹرینفرڈ پر غالب نہ آ سکے۔ جب وہ ہمارا انتظار کر رہے تھے انہوں نے سفید رے کے درخت سے ایک پتھری کاٹ کر اس کی سیٹی بنالی اور پھر دوں پر لنت بھیننے کے بجائے سیٹی بجا کر اپنا وقت کاٹنے لگے میرے پاس سیٹی موجود ہے اور ایک ایسے آدمی کی یادگار ہے جو ادنیٰ اور حقیر باتوں کو نظر انداز کرنا جانتا تھا

پریشانی کی عادت محم کرنے کا اصول یہ ہے:-

”جہیں چھوٹی چھوٹی باتوں پر مضطرب نہ ہوں سونا چاہیے۔ انہیں حقیر سمجھ کر بھلا دینا چاہیے۔“

یاد رکھئے کہ ”زندگی اس قدر مختصر ہے کہ اسے چھوٹا بنانا ناممکن ہے۔“

باب :- قانونِ اعتدال

میری پرورش ریاستِ مسوری کے ایک دیہاتی کنبے میں ہوئی ہے۔ ایک روز میں اپنا مال لے کے ساتھ شاہ دانے کے بوٹے لگائے لگاتے اچانک درونے لگا۔ میری والدہ نے مجھ سے پوچھا: ”ڈیلی کیا بات ہے، تم روکیوں رہے ہو؟“ میں نے روتے روتے جواب دیا کہ ”مجھے ڈر لگتا ہے کہ مجھے زندہ ہی دفن کر دیا جائے۔“

میں بہت غمگین رہا کرتا تھا، طرح طرح کے اداہم و آلام مجھے ستاتے رہتے، جب بادل گر جیتے تھے تو ڈرتا تھا کہ بجلی مجھ پر گرے گی۔ جب ہم ترنگی کا سخت وقت آیا۔ تو مجھے بہت دکھ رہے لگی کہ ہمارے پاس کچھ نہیں ہے فالتے کرنے ہوں گے۔ پھر مجھے یہ غم ستانے لگا کہ مرنے کے بعد میں دوزخ میں جاؤں گا۔ ایک ملاکیم دہانت مجھ سے بڑا تھا، مجھ سے بڑا ملاکیم دہانت مجھ سے بڑا ملاکیم دہانت مجھ سے بڑا ملاکیم دہانت

لبے لبے کان کاٹ لے گا کیونکہ اس نے مجھے دھکی بھی دی تھی۔ مجھے غم تھا کہ میں نے دیکھیں کو سلام کیا تو وہ میرا مذاق اڑا دیں گی۔ میں اس خوف سے پریشان تھا کہ کوئی دھکی بھی مجھے سے شادی کرنے کے لئے رضا منہاں ہوگی اور ساگر میری شادی ہو بھی گئی تو میں پہلی رات کو اپنی بیوی سے کیا کہوں گا میں نے دیہاتی کرچے میں اپنی شادی کے منظر کا تصور کیا۔ اس کے بعد ہم پہلی میں سوار ہو کر واپس گھر آئیں گے جس کے سر پر جھاری لٹک رہی ہوں گی..... لیکن راستے میں میں گھٹنگو کیے جاری رکھوں گا کیسے؟ کیسے؟ ہل چلاتے چلاتے میں گھٹنگو ان سوالوں پر غور کرتا رہتا لیکن میری سمجھ میں کچھ بھی نہ آتا۔

لیکن جوں جوں وقت گزرتا گیا مجھے معلوم ہوتا گیا کہ جن چیزوں کے متعلق میں پریشان رہا کرتا تھا ان میں سے ننانوے فی صدی بھی وجود میں ہی نہیں آئیں۔ مثلاً جب کہ میں پہلے عرض کر چکا ہوں کہ کبھی آسمانی ہل سے بہت خوفزدہ رہتا تھا لیکن اب میں جانتا ہوں کہ قومی سلامتی کونسل کے انداد و شمار کے مطابق سالانہ ساڑھے تین لاکھ آدمیوں میں سے صرف ایک ہلکے ہلکے کرنے کا امکان ہے۔

غذہ پلائے جانے کے متعلق میرا خوف اسی سے بھی زیادہ مہل اور بے ہودہ تھا۔ میں نہیں جانتا کہ فی کروڑ ایک انسان ہو کبھی زندہ دنیا یا گیا ہو گا لیکن کمی نہ لانے میں یہ خوف ہر وقت میرے سر پر سوار رہتا تھا۔

امریکہ میں انسان سرطان کی وجہ سے مرتے ہیں۔ اگر مجھے کبھی کسی چیز کے متعلق پریشان ہوتا ہی تھا تو کبھی سے ہلاک ہونے یا زندہ رہنے کے بجائے سرطان کے متعلق ہونا چاہیے تھا۔

بے شک میں فخری اور لاپرواہی کے زمانے کی پریشانیوں کا ذکر کر رہا ہوں۔ لیکن باغ ہونے کے بعد مجھ ہمارے اکثر پریشانیوں کا تصور اتنی ہی ہل ہوتی ہے۔ ہم اپنی پڑ پڑی چیزوں اور غموں کو بھی دور کر سکتے ہیں۔ بشرطیکہ ہم دماغ میں یہ سمجھ نہ آنے دیں اور اس سوچ میں وقت ضائع

نہ کری کہ آیا قانونِ اعتدال کی مد سے میں نکل کر فی چاہیے یا نہیں۔ وجہ یہ ہے کہ ان ملکوں کے
وجہ کی حقیقت اتنی معمولی ہے کہ ہیں ان کا خیال تک دماغ میں نہیں لانا چاہیے۔

دنیا کی مشہور ترین بیمہ کمپنی — لائیڈ انشورنس کمپنی لندن — نے لوگوں کے اس
جہان سے ناامدہ اٹھا کر لاکھوں کروڑوں پونڈ کمائے ہیں کہ وہ ایسی چیزوں کے متعلق پریشان
ہوتے ہیں جو شاف و نادر ہی وقوع پذیر ہوتی ہیں۔ لائیڈ کمپنی لوگوں کو یہ ضمانت دیتی ہے کہ
جن افکار و حوادث کے متعلق وہ پریشان ہیں وہ کبھی واقع نہیں ہوں گے لیکن وہ اسے ضمانت
کے نام سے نہیں پکارتی، وہ اسے بیمہ کہتی ہے لیکن درحقیقت یہ ضمانت یہاں ہے، جو

قانونِ اعتدال پر مبنی ہے۔ یہ عظیم بیمہ کمپنی روز بروز مضبوط و طاقتور جا رہی ہے اور جب
ایک انسان کی فطرت میں تبدیلی نہیں آئے گی۔ یہ جوتوں، جہازوں اور متحدانوں کے
جادوؤں کے سیمے کر کے آج سے پچاس صدیاں گزرو جانے کے بعد بھی مضبوط ہو جاتی جاگی
سالا کو قانونِ اعتدال کی رو سے یہ عادتیں اس قدر رواج نہیں جتنے کہ لوگ خیال کرتے ہیں۔
اگر ہم قانونِ اعتدال کا منظر غائر مطالعہ کریں تو جو حقائق ہمیں مسلم ہوں گے انہیں دیکھ

کہ ہم دن رات رہ جائیں گے۔ مثلاً اگر مجھے معلوم ہو جائے کہ آئندہ پانچ سالوں کے اندر مجھے ٹیسٹسٹ
جیسی خوریز جنگ میں شریک ہونا پڑے گا تو خوف سے میرے ہاتھ پاؤں پھول جائیں گے
جی جس قدر جلد ہو سکے زندگی کا بیمہ خرید لوں گا! اپنا وصیت نامہ لکھ دوں گا اور اپنے تمام دنیاوی
مساحت کو سلجھانے کی کوشش کروں گا۔ میں کہوں گا یہ شاید اس لڑائی میں زندہ نہیں بچوں گا
اس لئے میرے پاس زندگی کے جو چند سال باقی ہیں ان سے زیادہ سے زیادہ فائدہ
اٹھاؤں گا۔ لیکن حقیقت یہ ہے کہ قانونِ اعتدال کی رو سے پچاس اور پچیس سال کی عمر
کا درمیانی عرصہ فزادگی کے لئے اتنا ہی خطرناک اور ہلکا ہوتا ہے جتنا کہ بچہ بچہ کی
لڑائی میں شریک ہونا۔ یہ جو کہ کہنے کی کوشش کر رہا ہوں وہ یہ ہے کہ زمانہ امن میں پچاس اور
پچیس سال کی عمر کے درمیان میں اتنے ہی فیصدی لوگ ہر تیس میں جتنے فیصدی گزشتہ جنگ میں

لڑنے والے ایک ہاتھ تربیت پذیر سپاہیوں میں مارے گئے تھے لیکن کتنے لوگ بھی جاسٹر
میں اپنی زندگی کی پروا کرتے ہیں۔

میں نے اس کتاب کے اکثر ابواب کینیڈا کے سنگستانوں میں جمیل بوہ گئے کن رے
جیمز کیمز کی قیام گاہ ملوم تنگاہ لاج میں بیٹھ کر لکھے تھے۔ ایک دفعہ جب میں گرمیوں کا موسم
مہال گذار رہا تھا میری ملاقات مشراند سربرٹ ایچ۔ سٹالنگز سے ہوئی، ان کا پتہ ۲۲۹
میشک اینیو سان فرانکو سے ہنزسٹنگر ڈی بھیدہ اور ستوازن خانوں ہے اس
میں نے یہ اثر لیا کہ وہ کبھی بھی پریشان نہیں ہوتی۔ ایک دن شام کے وقت میں نے دیکھے ہوئے
آتش اللہ کے سامنے اس سے پوچھا: کیا آپ کو کبھی پریشانی نے بھی دق کیا ہے۔؟
چریشانی پتوں نے جواب دیا: اسی سے تو میری زندگی تقویٰ بنا ہوتے ہوئے ہے۔ میں
پریشانیوں پر غالب آنے سے پہلے گیارہ سال تک خود ساختہ ہنرمیں ملتی رہی ہیں بہت زود
لھٹا اور تلخ مزاج تھی اور غصہ میں بھری رہتی تھی۔ ہر سختی میں اپنے گھڑان مایوس سے سب پر وار ہو کر
سان فرانکو سے سودا سلف خرید نے جایا کرتی تھی لیکن خرید زورفت کرتے وقت میں پریشانی
سے کانپتی رہتی تھی کہیں استری میز پر نہ گئی ہو کہیں گھر کو آگ نہ لگ گئی ہو کہیں بیاہوں
کو تنہا چھوڑ کہ نہ بھاگ گئی شاید وہ بائیسکلوں پر بائیسکل گئے ہوں جسے اور کسی کار کے
نیچے آ کر کچلے جا چکے ہوں گے، سودا سلف خریدتے وقت اکثر پریشانی اور ڈر سے پرکاتے
ہے ٹھنڈے پسینے چھوٹنے لگتے ہوں سب کچھ چھوڑ چھاڑ کر میں میں بھاگ کھڑی ہوتی اور گھر
جا کر اعلین کا سانس لیتی کہ ہر چیز ٹھیک ٹھاک تو ہے۔ اس میں تعجب کی بات نہیں کہ میری
شادی ناکام رہی۔

میرا وہ سراشور ایک مکمل ہے۔ وہ بہت تیس، خاموش اور سنجیدہ قسم کا انسان ہے
کبھی کبھی چیز کے متعلق پریشان نہیں ہوتا۔ جب کبھی میں زنجیدہ اور متفکر ہوتی۔ وہ مجھ سے کہتا تھا
آہم کر لو، انجہام سوچتے ہی کہ تم درحقیقت کس چیز کے متعلق پریشان ہو۔ آؤ ذرا قانون

اعتدال کو آواز مار رکھیں کہ یہ واقعہ ہو گا بھی یا نہیں !

مشغلہ تھا بھی طرح یاد ہے کہ ایک مرتبہ ہم کاربن ابورکک و نیو میکسیکو سے کاربن
مینڈیکوڈرک کو ایک ٹوٹی بھوٹی اور گندی سڑک پر سے جا رہے تھے۔ اچانک سخت بارش
ہونے لگی۔ کاربھیلٹی اور ریشٹی جا رہی تھی مجھے یقین تھا کہ ہم پھسل کر کسی خندق میں جا کر گرے
جو سڑک کے دونوں کناروں پر منہ کھولے کھڑی تھیں۔ لیکن میرا شوہر بار بار مجھ سے کہہ رہا
تھا دیکھو پیارے! یہاں بہت آہستہ آہستہ کار چلا رہا ہے، میں کوئی خطرناک حادثہ پیش نہیں
آئے گا۔ اگر ہم پھسل کر کسی خندق میں گر بھی پڑے تو قانونِ اعتدال سے ہمیں کوئی پوٹ نہیں
پہنچے گی۔ اگلے کے سکون اور خود اعتمادی نے مجھے بھی چپ کرادیا۔

ایک دفعہ ہم موسم گرما میں سنگ نائوں کی حادثی توقیدوں کی سیاحت کر رہے تھے اور
ہماری راتیں میسون میں بسر ہوتی تھیں۔ ایک رات ہم نے سطح سمندر سے سات ہزار فٹ کی
بلندی پر یکمپ لنگا یا کہ ایک اہمیب طوفان چلنے لگا۔ اور ہمارے خیروں سے ٹکرانے لگا
خیسے ایک سی کے ذریعہ ٹکڑی کے ایک پلیٹ فارم سے بندھے ہوئے تھے، برقی خیمہ
ہوا کے زور سے کانپ اور لرز رہا تھا اس سے چھپیں اور شوہر بلند ہو رہا تھا۔ مجھے ہلچہ
بہ تو فتح تھی کہ اب بھی ہمارا خیمہ ڈھیلا ہوا اور ہماری اڑنا خوف سے میرا دماغ
کانپ رہا تھا، لیکن میرا شوہر کہہ رہا تھا، پیارے دیکھو، گھبراؤ مت، ہمارے ساتھ ریوٹر
کپنی کے رہائے ہیں۔ وہ جانتے ہیں کہ انہیں کیا کرنا ہے۔ وہ ساٹھ سالوں سے یہاں خیمے گاڑ
رہے ہیں، یہ خیمہ بھی یہاں کئی سالوں سے موجود ہے لیکن ابھی تک نہیں اڑا۔ اور
قانونِ اعتدال کی نروس سے یہ آج رات بھی نہیں اڑے گا۔ بالفرض یہ اڑ بھی جائے تو
ہم وہ سرے خیمے میں چاہ لے سکتے ہیں، آؤ گھبرانے کی ضرورت کیا ہے۔ اس لئے ٹیپ
چاپ آرام سے میٹ جاؤ۔ میں نے یہ بھی کیا اور باقی رات خوب گہری
نیند سوئی !

چند سال ہو گئے تھے مری کیلیفورنیا کی ریاست میں بچوں کے فالج کی وبا پھوٹ پڑی
 اگر پرانے دنوں کی بات ہوئی تو میں فردرشدت جذبات سے پاگل ہو جاتی لیکن میرے
 خوسہ نے مجھے سکون سے کام کرنے کی ترغیب دی ہم سوا امکان تمام احتیاطی تدابیر پر عمل
 کرنے لگے۔ اپنے بچوں کو نوگوں کے ہجوم، سکول اور سینما گھروں میں نہ جانے دیتے لیکن ادارہ
 صحت سے مشورہ کرنے کے بعد میں علوم ہوائی کیلیفورنیا میں بچوں کے فالج کی سخت
 تربی و باپھیلی ہوئی تھی۔ اس وقت بھی صرف ۱۸۲۵ بچوں کے شمار ہوئے تھے۔ اور تمام
 تھوڑی سی کوئی ۱۰۰ اور تھوڑے درمیان ہوتی ہے۔ اگرچہ اعداد و شمار کافی افسوسناک تھے لیکن
 قانون اعتدال کی رو سے ہم نے محسوس کیا کہ ہمارے بچوں کو مرض لگنے کے بہت کم امکانات ہیں۔
 قانون اعتدال کی رو سے یہ واقعہ نہیں ہو گا۔ اس جیلے نے میری نوسے فی صدی
 پریشانیوں کو ختم کر دیا۔ اور اس نے پچھلے بیس سالوں سے میری زندگی کو میری امیدوں سے
 کہیں زیادہ جھین اور پر سکون بنا دیا ہے۔

جنرل فوج کوک جو غالباً تاریخ اس کے سب سے بڑا معنی جبریل ہے۔ اپنی
 آپ بیتی میں کہتا ہے۔ مجسٹوں کی تقریباً ساری پریشانیوں اور افسروں جیسا ان کے خیال
 کی پیداوار میں جنہیں حقیقت سے کوئی واسطہ نہیں؟

جب میں اپنی گزشتہ زندگی کو دیکھتا ہوں تو مجھے بھی اپنی اکثر پریشانیوں کی
 وہ بھی نظر آتی ہے۔ جم گراف نے مجھے بتایا کہ میرا تجربہ بھی یہی ہے۔ وہ جہتے گرانٹ فیم
 کفندہ کہیں ۲۰ فرینکلن ٹریٹ نیویارک سما لک سے وہ ایک وقت میں ٹھوڑے کی لاریوں
 اور کھجوروں کی دکانوں کا آرڈر دیتا ہے اس نے مجھے بتایا۔ میں اکثر اس قسم کے
 خیالات سے دل برداشتہ رہا کرتا تھا۔ اگر میری ۱۰ ریوں سے گاڑی کے بچانے کا سادہ ہو گیا
 تو پھر کیا ہو گا؟ اگر میرے بچل دیہاتی غلاتے میں بکھر گئے تو پھر؟ اگر میری لاریاں گوتے وقت ڈب
 کا پل ٹوٹ گیا تو پھر؟ یہ الگ بات ہے کہ میں ہمیشہ بچلوں کا بیمہ کر لیتا تھا لیکن مجھے فرسٹ تھا

کہ اگر میرے پھل وقت پر منہ نہ لگے تو مجھے خسارہ اٹھانا پڑے گا میں اس قدر افسردہ
 اور پریشان تھا کہ مجھے محض دسے میں نا سو پیدا ہونے کا خطرہ لگ گیا۔ آخر ایک روز میں بھاگا
 بھی گاؤں آکر آئے اس پہنچا۔ ڈاکٹر نے مجھے بتایا کہ تمہیں اعصابی مرض کے سوا کوئی بیماری نہیں ہے۔
 پھر مجھے بتا دیا کہ میں ایک شخص متماقی ہوئی نظر آتی اور میں سنجیدگی سے اپنی حالت کا تجزیہ کرنے
 لگا میں نے اپنے آپ سے سوال پوچھا۔ جم گرانٹ اور دیکھو، تم نے اتنے سالوں میں پھلوں
 کی کتنی گاڑیاں منگوائی ہیں؟ جواب تھا تقریباً پچیس ہزار، پھر میں نے اپنے آپ سے
 پوچھا۔ پھر ان میں سے کتنی برباد ہوں گی؟ جواب ملا، وہ — زیادہ سے زیادہ کوئی
 پانچ کے قریب ہوں گی پھر میں نے اپنے آپ سے کہا، اچھا تو پچیس ہزار میں سے صرف
 پانچ؟ جانتے ہو کہ اس کا مطلب کیا ہے؟ پانچ ہزار اور ایک کی نسبت دوسرے الفاظ
 میں تمہارا اپنا تجربہ یہ ہے کہ قانون اعتدال کی وجہ سے تمہاری پانچ ہزار گاڑیوں میں صرف
 ایک کے تباہ ہونے کا امکان ہے اس لئے تمہیں پریشانی کس بات کی؟ پھر میں نے اپنے
 آپ کو کہا، ”اچھا خیر، حلوم یہ فرض کر لیتے ہیں کہ ایک کپل تباہ ہو جاتا ہے لیکن ذرا یہ تو تباہ
 کہ پلوں کے تباہ ہونے سے تمہاری کتنی گاڑیاں خالی ہوئی ہیں؟ مجھے جواب ملا کہ کوئی بھی نہیں۔
 پھر میں نے اپنے آپ سے کہا، پھر کیا تم بیوقوف نہیں ہو کہ ایک کپل ابھی تک صبح سلامت موجود ہے
 اور تم اس کے متعلق خواہ مخواہ پریشان ہو کر نا سوروں کی دعوت دے رہے ہو۔ اور لیو
 کا صرف ایک حادثہ جس کے وقوع پذیر ہونے کا پانچ ہزار میں صرف ایک امکان ہے؟“
 جم گرانٹ نے مجھے بتایا کہ جب میں نے اس انداز فطرت سے صورت حال کا جائزہ لیا تو میں
 سخت شرمندہ ہوا۔ میں نے جم اور اسی وقت فیصلہ کر لیا کہ اپنی بجائے قانون اعتدال
 کو پریشان ہونے دیا جائے۔ اور وہ دن سوا آج کا دن مجھے کبھی بھی محدثی ناسوروں
 کی شکایت نہیں ہوئی۔
 جب مال سمجھتی ہو یا کہ ریاست کا گورنر تھا۔ میں نے اسے اپنے سیاسی دشمنوں کے

حملوں کے جواب میں بار بار کہتے سنا۔ "اوپم ریکارڈ دیکھتے ہی۔ پھر وہ حقائق بیان کرنے لگا۔ اگلی بار جب مجھے یا آپ کو کوئی پریشانی ہو کہ اب کیا ہوگا، ہمیں بھی بوطے دانشمندانہ سمجھنے سے سبق سیکھنا چاہیے۔ آئیے ہم اپنا ریکارڈ دیکھیں اور یہ اندازہ کریں کہ ہماری بود و باش پریشانیوں کی علت کیا ہے۔ جب فریڈرک نے محل شیفٹ ڈور رہا تھا کہ وہ اپنی قبریں میٹاؤا رہے تو اسی نے بھی یہ کہا تھا اس کی کہانی مندرجہ ذیل ہے۔ ہمارے نیویارک میں ہماری تعلیم بالغان کی ایک جماعت بی سنیاتی تھی۔

”اواخر جون ۱۹۴۴ء میں میں اور ہاسٹل کے قریب ایک خندق میں لیٹا ہوا تھا۔ میں نو سو نانوے سنگل سرس کپنی میں شامل تھا اور ہم ابھی نارمنڈی میں پہنچے تھے جب میں نے خندق - جو زمین کے اندر صرف ایک مستطیل کا سوراخ تھا - کے ارد گرد دیکھا تو میں نے اپنے آپ سے کہا یہ تو بالکل قبر معلوم ہوتی ہے۔ جب میں اس کے اندر بیٹ گیا اور سرنے کی کوشش کرنے لگا تو مجھے فی الواقع یہ خبر محسوس ہونے لگی۔ میں نے اپنے آپ سے یہ کہنے پر زور رکھا ممکن ہے کہ یہ میری قبر ہو۔ جب گیارہ بجے کے قریب جرمی کے مبارک طیارے آہم پہنچنے لگے تو میرا جسم بالکل اکڑ گیا اور سامنے سینے کے اندر ٹوک گیا پہلی دو تین راتیں تو مجھے بالکل غیظ ہی نہ آ سکی۔ پھر وہی پانچویں رات تک میرے اعصاب بالکل شکست خوردہ ہو چکے تھے مجھے معلوم تھا کہ اگر میں نے اپنی حالت کو بہتر بنانے کے لئے کچھ نہ کیا تو میں بالکل تباہ ہو جاؤں گا۔ چنانچہ میں اپنے آپ کو یاد دلانے لگا کہ پانچ راتیں گزر چکی ہیں اور تم ابھی تک زندہ ہو، اور یہی سال ہماری کپنی کے دوسرے لوگوں کا تھا۔ صرف وہ آدھ میٹل کو معمول چوٹی پہنچ چکے ہیں۔ اور وہ بھی جسہ منی کے بمباروں سے نہیں بلکہ ہماری اپنی انفی ایر کرائٹ گمنوں کے خاتمہ ہو جانے کی وجہ سے زخمی ہوئے تھے۔

میں نے ارادہ کر لیا کہ کوئی تجربی کام کر کے ان پریشانیوں سے غموں کا چہ چو میں نے اپنے

آپ کو لڑے بچانے کے لئے اپنی دراڑی خندق کے اوپر کھودی کی ایک مضبوط چھت بنالی
اور پھر یہی اس وسیع و عریض میدان کے متعلق سوچنے لگا جس پر بہاری یونٹ کے سپاہی
بجھ رہے ہوئے تھے۔ یہاں نے اپنے آپ سے کہا کہ میرے ہلکے ہونے کی طرف ایک صورت
ہو سکتی ہے کہ اگر میری تنگ گہری دراڑی خندق کو بالکل سیدھ سے نشانہ بنایا جائے۔
پھر میں نے حساب کر کے اندازہ لگایا کہ مجھے پرید سے نشانے کا دس ہزار پر ایک بھی امکان
نہیں۔ جب میں نے دوراتوں تک صورت حال کو اس انداز فکر سے دیکھا تو مجھے سکون
آگیا۔ پھر تو مجھے عین سخت بیماری کے درمیان بھی نیند آ جاتی تھی؟

امریکہ کی ہینری اپنے سپاہیوں اور افسروں کا ڈھال جند رکھنے کے لئے قانونِ غدا
لکھا اور دھمدا استعمال کیا کرتی تھی۔ ایک سابق ملاح نے مجھے بتایا کہ جب مجھے اور میرے
دوسرے جہازی ساتھیوں کو تیل بردار جہازوں پر تعینات کیا گیا تو ہم سخت پریشانی
ہوئے، ہم سب کو یقین تھا کہ اگر تیل اور گیسولین سے لدا ہوا جہاز تار پیڈ وکسٹائن بن گیا
تو یہ محض جھگڑے کا سبب بن جائے گا اور ہم سب کو اگلے جہان پہنچا دے گا۔

لیکن امریکہ کی نیو بحری حالات کے دوسرے رخ سے بھی واقف تھے اس نے بالکل صحیح
صحیح اعداد و شمار کیے کہ تار پیڈ وکسٹائن کے لئے ایک سبیل بردار جہازوں کی
ساتھ سلامتی سے تیرتے رہے اور ڈھبے والے چالیس جہازوں کی طرف پانچ جہاز
ایسے تھے جو دس منٹ کے اندر اندر غرق آب ہو گئے۔ اس سے یہ مطلب نکلا کہ جہاز سے
بچ نکلنے کے لئے وقت لی سکتا ہے۔ اور اس کا ایک مطلب یہ ہوا کہ ہلکے اور غریب
ہونے والوں کی تعداد بہت کم ہے مگر اس سے حورال کو مدد ملی؟ اس کہانی کو بیان کرنے
والے شخص کلائڈ ڈبلیو۔ اس نمبر ۱۹۶۹ء میں نیٹ ورک میں سینٹ پال ویتھیوٹا نے بتایا کہ
قانونِ اعتدال کے ائمہ علم نے میرے سارے فضائیات کو دور کر دیا اور حرام ملاحوں کی کتابت
بہتر ہو گئی، یہی یقین ہو گیا کہ قانونِ اعتدال کی رو سے شاید ہمارے چھک چھونے کا

موت نہیں آئے گا۔

پریشان ہونے کی عادت ختم کرنے کا اصول ۳۴ مندرجہ ذیل ہے :-
آئیے ہم ریکارڈ دیکھیں :- آئیے ہم اپنے آپ سے پوچھیں "قانون اعتدال
کی سے اس کے چیز کے فاتح ہونے کے کیا امکانات ہیں۔ جس کے متعلق ہم
اتنے پریشان ہیں۔؟"

باب ۱ :- ناگزیر سے تعاون

بچپن کے دنوں میں ہی ایک روز اپنے چند ہمویوں کے ساتھ شمال مغربی مسوری میں
کوئی کے ایک غیر آباد پرانے مکان کی ڈیورس میں کھیل رہا تھا۔ جب میں ڈیورس سے
نیچے اترنے لگیں تو کھڑکی کی دھلیز پر پاؤں رکھا اور نیچے چھلانگ لگا دی۔ میری پیٹ
آنکھیں ٹھکڑی ہو گئیں۔ میں انگوٹھی تھی جب میں نے نیچے چھلانگ لگا دی۔ انگوٹھی ایک کھلی
پینس تھی اور ساتھ ہی میری انگلی بھی کٹ گئی۔

میں نے چلانے لگا اور خوف سے ہر طرف کانپ رہا تھا۔ مجھے یقین تھا کہ اب زندہ
نہیں بچوں گا۔ لیکن جب میری انگلی ٹھیک ٹھاک ہوئی تو میری ایک لمحہ کے لئے بھی کبھی
اس کے متعلق پریشان نہیں ہوا۔ اس کا فائدہ ہی کیا ہے؟ میں راضی ہو جاتا ہوں۔
اب جیسے گزر جاتے ہیں اور کبھی میرے ذہن میں یہ بات بھی نہیں آتی کہ میرے باپ،
ہاتھ کی موت تین انگلیاں اور انگوٹھا ہے

چند سال ہوئے میں نے ایک دوست کو دیکھا جو نیویارک کے ڈیربی دفتر میں بوجھ
ڈھونے کا شہید کھینچ رہا تھا۔ میں نے دیکھا کہ اس کا بیٹا بند غائب ہے۔ میں نے اس پر چھا
آپ اس باند کے نہ ہونے کی وجہ سے کبھی پینس نہیں ہوتے؟ آدہ نہیں اس نے جواب دیا۔

”مجھے اس کا کبھی کبھار ہی خیال آتا ہے۔ ابھی تک میری شادی نہیں ہوئی اس لئے یہ مجھے
 سونی میں دھماکا ڈالنا ہوتا ہے۔ اس وقت واقعی اس کے نہ ہونے سے بھی پریشانی ہوتی ہے؟
 حیران کی حقیقت یہ ہے کہ فرصت پرٹنے پر ہم سرعہ موت حال کو قبول کر لیتے ہیں اپنے
 آپ کو اس کے مطابق ڈھال لیتے ہیں اور پھر اس کے متعلق قبول جاتے ہیں۔

مجھے اکثر امیٹرڈم ریلیمنڈ کے بند رہیں صدی کے ایک کیلئے کے کھنڈرات کے
 کہتے کا خیال آتا ہے اس پر نظمیں زبان پر نکال رہے ہیں۔ یہ ایسا ہی ہے کہ اس کے سوا اور
 کچھ نہیں ہو سکتا۔

جوں جوں ہماری عمر طبعی جاتی ہے عین بے شمار ناخوشگوار حالات سے سابقہ پڑتا ہے
 جو ایسے ہی ہوتے ہیں۔ ان کے ماسوا کچھ اور نہیں ہو سکتے۔ ہم ایک رائے کے مالک ہوتے
 ہیں ہم یا تو انہیں ناگزیر سمجھ کر قبول کر سکتے ہیں ہم ایک رائے کے مالک ہوتے ہیں یہاں تو
 ہمیں ناگزیر سمجھ کر قبول کر سکتے ہیں اور اپنے آپ کو ان کے مطابق ڈھال سکتے ہیں
 اور بان سے بغاوت کر کے اپنی زندگی تباہ کر سکتے ہیں اور عصبانی خشک سے ہلک
 چور ہو سکتے ہیں۔ میرے معرب فلسفی ہم چیز کی ایک پھوٹی سی نصیحت ہے۔ اے ایسا
 ماننے کے لئے رضا مند ہو جائیے جو کچھ واضح ہو چکا ہے اسے قبول کرنا کسی بد قسمتی

کے نتائج پر تابو پانے کی طرف پہلا قدم ہے۔ ”الزبتھ کوئلے فبر ۱۹۸۲ء این۔ ای
 ۹۴ دی ایونیورسٹی لینڈ ڈامنگن) کا کافی مشکلات میں گزرنے کے بعد اس نتیجے پر پہنچ
 سکی۔ اس نے حال ہی میں اپنی آپ بیتی مجھے دکھ کر بھیجی ہے اور وہ مندرجہ ذیل ہے:۔ ”میں ان
 روز جب امریکہ شمالی مغربی میں ہماری نوجوان خاندان پر خوشیاں ملنا رہا تھا مجھے ٹھک
 جنگ کی طرف سے ایک تاریک میرا بار بار زادہ۔ وہ شخص جیسے بے حد بڑا کر قی قی۔
 — دودھان جنگ میں غائب ہو گیا۔ کچھ دنوں کے بعد مجھے ایک حیرت انگیز واقعہ ملا جس میں
 اس کی موت کی اطلاع دی گئی تھی۔

”مجھ پر غم و اندھ کا پہاڑ ڈٹ پڑا۔ اس وقت تک مجھے زندگی بہت حسین اور خوشگوار

معلوم ہوتی تھی۔ مجھے ایک ایسی عزت مل گئی تھی جسے میں پسند کرتی تھی۔ میں نے اپنے بڑے زادے کو ترغیب کرنے میں مدد دی تھی، میرے لئے وہ اس حق لطافت کا نوکارتا جو مجھے کھانا ملتا رہتا ہے۔ مجھے یوں محسوس ہوتا تھا کہ میں نے بڑی بڑی بات سمجھ لی ہے۔
 اور پھر یہ بتانا گیا کہ میری تمام امیدیں پانی پھر گیا، میری دنیا زبردست ہو گئی، مجھے اب زندگی میں کوئی دلچسپی محسوس نہیں ہوتی تھی۔ میں اپنے کام میں لاپرواہی برتنے لگی۔ اپنے دوستوں سے چلو پھرنے لگی۔ میں ہر چیز سے دھندھا گئی تھی، میری لگ لگ میں مایوسی، تنگی اور نفرت بھرتی۔ میرا جتنی اتنا اچھا لڑکا اور اس کی ساری زندگی میری آنکھوں کے سامنے گھوم رہی تھی۔ آخر اس نے کون سا قصور کیا تھا؟ اسے ہی ہلاک ہونے کے لئے کیوں منتخب کیا گیا؟ میں اسے برداشت نہیں کر سکتی تھی، غم کے بوجھ تلے میری ہڈیاں کرکڑا رہی تھیں، آخر مایوسی اور تنگی کے عالم میں میں نے اپنی عزت چھوڑنے اور کہیں دور نظروں سے اوجھل ہو کر اپنے آپ کو آفسوں میں پھپھانے کا فیصلہ کر لیا۔

”ابھی میں نے اپنی نوکری سے استعفیٰ نہیں دیا تھا، ایک روز میں اپنی منہ بھائی کو دہی تھی کہ مجھے ایک خط ملا ہے۔ یہ بھول چکی تھی۔ یہ میرے مرحوم بھتیجے کا خط تھا جو اس نے مجھے میری والدہ کی تحریک میں لکھا تھا۔ یہ ٹھیک ہے کہ وہ ہم سے بچھڑ گئی ہے اس کی موت سے جو غم پیدا ہو گیا ہے، ہم اسے محسوس کریں گے اور خصوصاً آپ لیکن میں چاہتا ہوں کہ آپ اس درد سے کو برداشت کریں گی۔ آپ کا ذاتی فلسفہ اس مسئلے میں آپ کی مدد کرے گا۔ میں وہ ساری حقیقتیں کہیں نہیں بھول سکتا جو آپ نے مجھے سکھائی تھیں۔ میں جہاں کہیں بھی جاؤں گا خواہ وہ معری کیوں نہ ہو مجھے ہمیشہ یاد رہے گا کہ آپ نے مجھے سکھانا اور جو کچھ مجھے پیش آئے اسے مردوں کی طرح قبول کرنا سکھایا ہے۔“

میں نے اسی خط کو بار بار پڑھا مجھے یوں محسوس ہونے لگا کہ وہ ہمیں کہیں میرے پاس ہی ہے اور مجھ سے باتیں کر رہا ہے وہ مجھ سے کہہ رہا تھا جو کچھ تم نے مجھے سکھایا تھا، خود ہی

پہل کیوں نہیں کرتی؟ اپنا کام کئے جاؤ، جو کچھ ہونا ہے اسے ہونے دو کوئی ہمت نہیں، اپنے دکھوں کو مسکراہٹ کے پردے میں چھپا دو اور بے فکر ہو کر اپنا کام کئے جاؤ۔ چنانچہ میں نے نوکری چھوڑنے کا ارادہ ترک کر دیا۔ میں دوبارہ کام کرنے لگی۔ میں نے تعلیمی اور بغاوت کے خیالات فنا کر دیئے۔ میں اپنے آپ سے کہتی رہی، جو ہونا تھا وہ ہو چکا ہے۔ میں اسے بدل نہیں سکتی۔ لیکن میں اس کی خواہش پوری کر سکتی ہوں اور کرتی رہوں گی۔ میں پورے دل و دماغ سے کام کرتی لگی۔ میں دوسرے لوگوں کے رشتہ دار و فوجیوں کو خطوط لکھ کر اسی طرح مجھے نئے دوست اور نئی دلچسپیاں مل گئیں۔ پھر میں ایک شبانہ بھاس میں داخل ہو گئی۔ ان سرگرمیوں نے میرے اندر جو تبدیلی پیدا کر دی ہے میں اس پر مشغول ہی یقین کر سکتی ہوں میں نے ماضی پر اتنا سوچنا چھوڑ دیا ہے وہ تو ہمیشہ کے لئے ختم ہو چکا ہے اب مجھے زندگی حسین، دلچسپ اور خوش گوار محسوس ہوتی رہے۔ میں نے اپنے بھتیجے کی خواہش کے مطابق اس سے صلہ کرتی ہے۔ میں اپنی قسمت کو قبول کر چکی ہوں۔ اور پہلی دفعہ ایک مکمل اور حسین زندگی سے آشنا ہوتی ہوں؟

انزبجہ کوئے وہ سب کچھ سیکھ چکی ہے جو ہم سب کو زود یا بدیر سیکھنا پڑے گا۔ یعنی میں ہر حالت میں ناگزیر کو قبول کرنا اور اس کے ساتھ تعاون کرنا چاہیئے۔ یہ ایسا ہی ہے اس کے سوا کچھ نہیں ہو سکتا۔ یہ سبق سیکھنا آسان نہیں ہے سخت فطرتیں مداخلت ہوں کو کبھی اسے بار بار دہرانا پڑتا ہے۔ اب بھائی جارج پنجم نے انگلیم میں اپنی لائبریری میں یہ الفاظ زیم میں جڑوا کر لگوائے ہوئے تھے: ”مجھے جاننا اور گمراہی سے بچنے کے متعلق واویلا نہ کرنا سکھاؤ، اسی خیال کو شوہنہار نے ان الفاظ میں ادا کیا ہے۔ تسلیم و رضا کی ذرا دامن مقدار کو صغیر حیات کی ضروریات میں ادھیں اہمیت حاصل ہے؟“

یہ ایک حقیقت ہے کہ تنہا حالات ہی نہیں خوشی یا رنج نہیں بخشے جس انداز سے حالات پر جاریہ رد عمل ہوتا ہے وہی ہمارے احساسات کا عین کرتا ہے یہ غریب کا قول ہے

کہ تبشت کی نظر دہارے دونوں کے اندر ہے اور جنم کی عملداری بھی وہی ہے۔
 اگر کم چاہی تو ہم سب آفات و حوادث کو برداشت کر سکتے ہیں۔ اور ان پر غالب آ
 سکتے ہیں۔ لیکن یہ کہہ چیں خیال نہ آئے کہ ہم ایسا کر سکتے ہیں۔ لیکن حقیقت یہ ہے کہ ہم
 تعجب خیز اندرونی وسائل کے مالک ہیں، وہ ہمیں کامیابی کی منزل تک پہنچا سکتے ہیں بشرطیکہ
 ہم انہیں استعمال میں لائیں۔ ہم اپنے خیال سے کہیں زیادہ طاقتور اور مضبوط ہیں۔
 آنجنابی کو تھکنا کر نگلٹن ہمیشہ کہا کرتے تھے۔ میں ہر چیز قبول کر سکتا ہوں لیکن اندھا ہونا
 برداشت نہیں کر سکتا۔ اسے کبھی بھی برداشت نہیں کر سکتا۔

پھر ایک روز جب مارکٹنٹن ساٹھ سال سے متقاعد ہو چکے تھے، انہوں نے نیچے فرش
 پر بچھے ہوئے قالین کو دیکھا، رنگ دھندلے دھندلے نظر آ رہے تھے۔ انہیں نمونہ اچھی
 طرح نظر نہ آ سکا۔ وہ ایک ماہر خصوصی کے پاس گئے، وہاں انہیں یہ دیکھا کہ حقیقت معلوم
 ہوئی کہ ان کی بصارت کم ہوئی جا رہی ہے ایک آنکھ تقریباً اندھی ہو چکی تھی۔ اور دوسری
 ہونے والی تھی جس چیز سے وہ سب زیادہ ڈرتے تھے اسنو کار دہی ہو کر رہی۔

اور اس انتہائی مصیبت پر مارکٹنٹن کا رد عمل کیا ہوا؟ کیا انہوں نے محسوس کیا کہ وہ تو
 ہو گیا۔ اب میری زندگی ختم ہونے والی ہے؟ نہیں انہیں خود دیکھ کر بڑا تعجب ہوا کہ وہ بالکل
 خوش ہیں۔ ان کی حس ظرافت بھی جاگ مٹھی، وہ تیرتے ہوئے دھبوں پر غصہ اٹھاتے
 تھے۔ وہ ان کی آنکھوں کے سامنے ٹیٹنیں تیرتے اور ان کی بینائی کو کاٹ ڈالتے لیکن
 اب جب بڑے سے بڑا حصہ بھی ان کی نگاہوں کے سامنے گزرتا، وہ کہتے۔ مجھے بڑے
 میاں پھر آگئے۔ سمجھیں نہیں، تاکہ وہ اس حسین اور خوشگوار مروج کو کدھر جا رہے ہیں؟
 کیا ایسے شخص کو تقدیر مغلوب کر سکتی ہے؟ ۱۹۶۱ء۔ ۱۰ جولائی۔ ہونٹا نہیں کہیں نہیں؟ مارکٹنٹن
 کے سامنے جب مکمل اندھیرا چھا گیا۔ انہوں نے کہا: مجھے پتہ لگ گیا ہے کہ میں آنکھوں کے بغیر
 زندہ رہ سکتا ہوں۔ میں اس محرومی کو ایک مرد کی طرح برداشت کر سکتا ہوں۔ اگر میں حواس غم سے بھی

محرم ہو جاؤں پھر بھی میں اپنا کام چلا سکتا ہوں میں اپنے دماغ کے اندر زندہ رہ سکتا ہوں کوئی
 معاملہ میں غم ہو یا نہ ہو ہم اپنے دماغ ہی کے اندر زندہ رہ سکتے ہیں۔ جی سے سمجھتے ہیں اور ہم سے کہتے ہیں۔
 اپنی دنیا کی کوہال کرنے کی امید میں مارکنگٹن کو ایک سال کے اندر بارہ اپریشن کروانے پڑے۔
 کیبن کی زبان میں خوف شکایت آیا نہیں وہ جانتے تھے کہ انہیں ایسا کرنا پڑے گا وہ جانتے تھے کہ
 یہ اس سے گریز نہیں کر سکتا۔ چنانچہ اپنی تنگیوں اور دکھوں کو کم کرنے کا وہ حدِ طریقہ ہی ہے کہ انہیں
 سکون و اطمینان کے ساتھ برداشت کیا جائے انہوں نے ہسپتال میں ایک پرائیویٹ کمر لینے کے لئے
 کر دیا ورنہ ایک ارڈیں داخل ہو گئے۔ یہاں وہ دوسرے بیماروں کے ساتھ رہ سکتے تھے وہ ہنگاموں
 اور نموں کے ماتے چومے تھے انھوں نے انھیں حوالہ لے کر کوشش کی جب انکی آنکھوں پر بار بار
 اپریشن کیا گیا، وہ جانتے تھے کہ ان کی آنکھوں کے ساتھ کیا ہو رہا ہے لیکن وہ چپ چاپ غلوٹی پڑے رہے
 وہ اپنے آپ کو یاد دلانے کی کوشش کرتے، تم کس قدر خوش قسمت ہو آج سانس نے اتنی حیرت انگیز
 زرق کر لی ہے۔ کہ وہ تمہاری آنکھ جی نازک چیز کا بھی اپریشن کر سکتی ہے؟

اگر کسی عا آدمی کو بارہ اپریشن کروانے پڑتے اور وہ آنکھوں سے محروم ہو جاتا۔ تو وہ
 اصل کی تنگیوں کا شکار ہو جاتا۔ لیکن مارکنگٹن کہا کرتا تھا۔ میں اس تجربے کو لازوال دولت مگر
 بھی نہیں دے سکتا، اس تجربے نے اُسے رانی بڑھا ہونا سکھایا اس نے سکھایا کہ زندگی کسی ایسی
 چیز کو فسان پرستہ کرنے پر تیار نہیں جو اس کی قوت برداشت سے باہر ہو یا اس نے جان لیون
 کی طرح اسے یہ سکھایا۔ اٹھا ہونا بدقسمتی نہیں بلکہ اٹھنا ہے چن کو برداشت کرنے کی صلاحیت
 محروم ہونا بہت بڑی بد قسمتی ہے۔

آزادی منوں کا مشہور علامہ دارغانون مارگیرٹ نے ایک خدا اپنا عقیدہ پیش کرتے ہوئے
 کہا تھا۔ میں کا منیت کو قبول کرتی ہوں!

جب جیسے ماسی کا لال نے یہ الفاظ سنے اس نے نکتے چمکا کر کہا۔ "واللہ اسے بہتر ہی
 لگتی! وہی آپ اور میں بھی ناگزیر کو قبول کر کے بہتری حاصل کر سکتے ہیں!

اگر ہم ناگزیر کو برا بھلا کہتے ہیں، اس کی مزاحمت کرتے ہیں اور اپنے اندر تلخی پیدا کر لیں، تو ہم ناگزیر کو بدل نہیں سکیں گے۔ لیکن ہم اپنے آپ کو بدل سکتے ہیں۔ میں جانتا ہوں، میں اسے آئندہ چکا ہوں۔

ایک دفعہ مجھے ایک ناگزیر صورت حال سے سابقہ پڑا۔ میں نے اسے قبول کرنے سے انکار کر دیا۔ میں نے حماقت کی، اس سے مجھے پڑا اور اس سے بغاوت کر دی۔ میری راتیں بے خوابی کے جہنم میں تبدیل ہو گئیں۔ مجھ پر دوسرے چیز حادثی ہونے لگی جس سے وہ دودھ بھانگتا تھا۔ آؤ کار ایک سال تک خود کو اذیت دینے کے بعد مجھے وہ قبول کرنا پڑا جس کے متعلق میں شروع سے جانتا تھا کہ میں حتی الامکان اسے تبدیل نہیں کر سکتا۔

مجھے سالوں پہلے بوڑھے والٹ ویٹمین کے ساتھ مل کر گانا چاہیے تھا۔

”مجھے اندھیری راتوں، طوفانوں، جھوگ، جنگ، ہنسنا، حوادث اور نفرت کا اسی طرح مقابلہ کرنا چاہیے جیسے نباتات اور حیوانات کرتے ہیں؟“ میں نے بارہ سال تک ویشیوں کے ساتھ کام کیا ہے لیکن میں نے کبھی کسی گائے کو اس غم نہیں بتایا نہیں دیکھا کہ بارش کے فقدان کی وجہ سے جو کچھ میں یا سردی اور بر فباری کی وجہ سے خشک ہو گئی ہیں۔ اس کا دوست بھیرا کسی دوسری گائے کی طرف زیادہ متوجہ ہے۔ حیوانات نہایت اطمینان کے ساتھ اندھیری راتوں، طوفانوں اور بھیرا کی پیاسی کا مقابلہ کرتے ہیں۔ اس لئے وہ اطمینان، اضمحلال اور دوسرے ذہنی امراض کے کبھی شکار نہیں ہوتے اور شایہ نا دوسری پاگ جوتے ہیں۔

میرے کہنے کا مرکز مصلحت نہیں کہ ہمارے سامنے جو بھی مشکلات و کالیف آئی، ہمیں ان کے سامنے تسلیم نہ کر دینا چاہیے۔ یہ صرف تنوعی زاد کا عقیدہ ہو سکتی ہے، جہاں تک ممکن ہو میں حوادث کا مقابلہ کرنا چاہیے لیکن جب ہمارا شور یہ بتائے کہ ہم ایک ایسا چیز سے ٹکراتے ہیں اور اسے جگہ سے ہٹا دیتے ہیں، تو پھر اسے تسلیم کرتے وقت آگے بڑھنے نہیں دیکھتا

چاہیے اور نہ ہی اس کے متعلق سچی جی کڑھنا چاہیے جو بہارے پاس نہیں ہے۔
 کہ لکھیا یونیورسٹی کے سابق ڈین آجمنانی ہاؤ کنسر نے مجھے بتایا کہ میرا نومذہبی گیت ہے
 ”سورج کے نیچے ہر بیماری کی دوا یا تو موجود ہے۔ یا نہیں ہے!
 الگو کوئی دوا ہے تو اُس کو حاصل کرنے کی فکر کرو اگر نہیں ہے تو صبر کرو!
 یہ کتابت ٹھکے وقت میں نے امریکہ کے کچھ تاجروں سے ملاقاتیں کیں اور مجھے یہ معلوم
 کر کے بڑی خوشی ہوئی کہ وہ ناگزیر کے ساتھ تعاون کرتے ہیں اور پریشانیوں سے آنا دھ
 کر زندگی بسر کرتے ہیں اگر وہ ایسا ذکر میں تو ان کے اعداد بالکل جواب دے جاتی ہیں۔
 ذیل چند مثالیں ہیں جو اس حقیقت کی وضاحت کرتی ہیں۔

چینی سٹورز کی شاخیں تمام ملک میں پھیلی ہوئی ہیں، اس کے بانی جے۔ سی۔ مینی نے
 مجھے بتایا کہ اگر میرا ایک ایک پیسہ بھی ضائع ہو جائے، پھر بھی میں پریشان نہیں ہوں گا کیونکہ
 میں نہیں سمجھ سکتا کہ پریشانی سے کچھ حاصل ہو گا میں حتی الامکان بہترین کام کرنے کی کوشش کرتا
 ہوں اور نتیجہ دینا تو ان پر بھروسہ دیتا ہوں؟

ہنری فورڈ نے بھی تقریباً اسی قسم کے الفاظ کہے تھے۔ ”میں حالات و واقعات کا رخ بدل
 نہیں سکتا، میں انہیں خود اپنا رخ بدلنے دیتا ہوں۔“

جب میں نے کرائسٹل کارپوریشن کے پریذیڈنٹ کے۔ ٹی۔ کیلر سے پوچھا ”آپ پریشانیوں
 سے کیسے بچتے ہیں؟“ اُس نے جواب دیا ”جب مجھے کوئی سخت صورت حال پیش ہو تو اگر
 اس کے متعلق کچھ کر سکتا ہوں، تو کرتا ہوں، اگر نہیں کر سکتا تو بھرے بھری جاتا ہوں۔ میں مستقبل
 کے متعلق کچھ پریشان نہیں ہوتا کیونکہ میں جانتا ہوں کہ حتی الامکان کوئی بھی انسان پریشان نہیں ہو سکتا
 کہ آئندہ کیا ہونے والا ہے مستقبل پر بے شمار حقائق اثر انداز ہوتی ہیں لیکن کوئی شخص یہ
 نہیں بتا سکتا کہ ان حقائق کو اچھا یا برا کن ہے؟ اور نہ ان کے متعلق کچھ سمجھ سکتا ہے پھر
 ان کے متعلق پریشانی۔؟ اگر آپ کے۔ آئی۔ کیلر سے کہیں۔ یا ریم تو فلسفی ہو۔ تو وہ خود“

لوکھا جائے گا۔ وہ تو اچھا تا جیسے لیکن سوئے اتفاق سے اس نے وہی فلسفہ دریافت کر لیا ہے جس کی انیس صدیاں پیشتر ویکلیٹس روم میں تعلقین کیا کرتا تھا اور وہ یوں کی تملیک کرتا تھا۔ خوشی اور سرست کے حصول کا صرف ایک طریقہ ہے کہ تم لاپز دل کے تعلق پریشان ہونا چھو دو جن پر تمہیں کوئی اختیار نہیں!

سامہ بکن ہارڈٹ یا "کھوتی سامہ" ایک ممتاز مثالی خاتون تھی جو جانتی تھی کہ اگر آپ کے ساتھ تعامل کیسے کیا جاتا ہے وہ نصف صدمی تک چار برا غلوں کے نتیجہ میں جلا کر تکتا ہے۔ حکمران ملک بنی رہی۔ وہ دنیا کی محبوب ترین ایکٹریس تھی لیکن جب انگریزوں کی لہروں نے زخمی ہوئی تو اسی کے پاس ایک پیسہ تک نہیں تھا۔ اس کے ڈاکٹر پیرس کے پروفیسر بونڈی اسے بتایا کہ اس کی ٹانگ کا ٹی پڑے گی۔ بحیرہ انڈیا میں سے گزرتے وقت ایک طوفان میں وہ غرضہ جہاز پر گر پڑی تھی اور اس کی ٹانگ پر بھاری چوٹ آئی۔ وریڈوں میں سوزش ہو جانے کا وجہ اس کی ٹانگ سکڑ گئی تھی، وہ اس قدر سخت اختیار کر گیا کہ وہ ٹکڑے ٹانگ کاٹ ڈالنے کی ذرورت محسوس کی۔ وہ ہنگامہ خیز اور تند مزاج کھوتی سامہ کو بتاتے ہوئے فرماتا تھا کہ کیا کرنا چاہیے۔ اسے پوری توقع تھی کہ یہ لوندہ خیر خبر اس کے جذبات میں شدید جھان پیدا کر دے گی لیکن وہ غلطی پر تھا۔ سامہ نے ایک منٹ اس کی طرف دیکھا اور پھر سکون کے ساتھ کہا: "اگر ایسا ضروری ہے تو پھر ایسا ہی ہونا چاہیے۔ یہ تقدیر تھی۔"

جب اسے گردن پڑی پھر بھانکوا پریشن کے کمرے میں لے جانے گئے۔ اس کا بیٹا رنے لگا۔ اس نے مسکراتے ہوئے اسے اشارہ کیا اور خندہ پیشانی سے بولی۔ میٹا مڈوٹ میں بالکل ٹھیک ہو جاؤ گی۔

پریشن کے کمرے کی طرف جاتے ہوئے وہ اپنے ایک ڈرائے کا ایک مندر دہرنے لگی تھی۔ اسے پوچھا کہ کیا تم اپنے آپ کو تسلی دینے کے لئے یہاں کر رہی ہو؟ اس نے جواب دیا۔ جنہیں ڈاکٹروں اور نرسوں کو تسلی دینے کے لئے پریشن سے انہیں صدمہ پہنچے گا۔

اپریشن سے محنت پانے کے بعد سارہ دنیا کے دورے پر روانہ ہو گئی اور مزید سات سال تک تماشا میوں کو سحر کرتی رہی۔ ریڈرز ڈائجسٹ "میں ایسی میک کارنیک لکھتی ہیں۔" جب ہم ناگزیر سے اُلجھنا چھوڑ دیتے ہیں تو ہم اپنی قوت کو آزاد کر دیتے ہیں جو ہمیں مین اور خوشگوار زندگی بسر کرنے کے قابل بناتی ہے۔"

کسی شخص کے پاس اتنی قوت اور جذبہ نہیں کہ وہ ناگزیر سے بھی ٹکڑے سکے اور اسی قدر باقی بھی بچا سکے جس سے زندگی پیدا کی جاسکے۔ آپ کو دونوں میں سے ایک کو چننا پڑے گا یا آپ ناگزیر کر قبول کر کے زندگی کے ہر نامی طوفانوں پر غالب آسکتے ہیں — اور یا اس کا مقابلہ کر کے خود مغلوب ہو سکتے ہیں۔

سورہ میں میرا ایک فارم ہے، وہاں میں نے اس چیز کو واقع ہوتے ہوئے دیکھا ہے جس نے اس فارم میں کوئی بیس کے قریب پھیل دار پودے لگائے تھے۔ پہلے پہل وہ بڑی حیرت ناک ریت کے ساتھ بڑھے۔ پھر ہر نامی طوفان نے ہر شاخ اور ہر پتے پر برف کی آبر بھاری تہ جادی بن پودوں نے ریت کے بوجھ کے نیچے خوش اسوئی سے جھکنے لگے۔ بجائے اٹھ کر اس کا مقابلہ کیا۔ نتیجہ یہ ہوا کہ وہ بوجھ کے نیچے پس کر ڈٹ گئے۔ انہیں

تباہ ہونا پڑا اور وہ ہو گئے۔ ان میں شمالی جنگلات کے درختوں کا شعور نہیں تھا، میں سیلوں تک کینڈا کے سدا بہار جنگلوں میں گھوم رہا ہوں لیکن میں نے برف و باران کی وجہ سے کسی صنوبر یا انارک کے درخت کو ٹوٹے نہیں دیکھا۔ یہ سدا بہار جنگلات جھکنا، اپنی شاخوں کو جھکاؤ اور ناگزیر کے ساتھ تعاون کرنا جانتے ہیں۔

اشجرائی فن کے جاپانی ماہرین اپنے شاگردوں کو نصیحت کیا کرتے تھے: "بید کی طرح جھک جاؤ۔ کبھی شاہ بلوط کی طرح مزاحمت نہ کرو۔"

آپ کو معلوم ہے کہ موٹر کے ٹائر وٹرک پر کس طرح قائم رہتے ہیں اور کیوں اتنی گھسائی برداشت کرتے ہیں؟ ابتداء میں ٹائر بنانے والوں نے ایسے ٹائر بنائے جو دھکے کا مقابلہ

نکریں مگر وہ بہت جلد بھٹ کر پاش پاش ہو گئے۔ اس کے بعد ایسے مائربٹائے ہوئے کو جذب کر لیں۔ انہیں اور سب بھی زندگی کی پتھریلے سڑکوں کے جھکوں کو دھکوں کو جذب کرنا سیکھیں تو جاری نہیں کیا وہ ہو جائیں اور جب ہمارے سڑک لے تو اس پر چلنے میں زیادہ آرام لے اگر ہم زندگی کے دھکوں کو جذب کرنے کے بجائے ان کی مزاحمت شروع کر دیں تو ہمارا حشر کیا ہوگا؟ اگر ہم سب کی طرح بھگنے سے انکار کر دیں اور شاہِ بوط کی طرح مزاحمت کرنے پر اصرار کر لیں تو پھر کیا ہوگا؟ اس کا آسان جواب یہی ہے کہ ہمارے اندر کشاکشوں کا ایک لائنمندی شروع ہو جائے گا اور ہم ہر وقت اعصابی پریشان اور مضطرب اور بے چین رہیں گے۔

اگر ہم اور آگے جائیں تحقیقات کی تلخ دنیا کو مسترد کر دیں اور اپنے خوابوں کی دنیا میں چناؤ دھونڈیں، اس وقت ہم پاگل ہو جائیں گے۔

جنگ کے دوران میں لاکھوں خوفزدہ فوجیوں کو یا تو راضی بردنا ہونا پڑا اور یا پھر اعصابی کشمکش کے شکار، اس کی وضاحت کے لئے ہم ولیم۔ (پیر کا سیلیٹس ۱۲۶، ۶۷) دیں گی گنڈیک ریور یا ریک کی مثال لیتے ہیں۔ اس نے ہماری تعلیم بالغال کی ایک جٹ کے سامنے مندرجہ ذیل تقریر کی تھی اور اس پر اسے انعام بھی ملا تھا۔

”مامل فوج میں بھرتی ہونے کے تھوڑے دنوں بعد میرا تقرر بحراد قیادوس کے پاس ایک گرم ترین مقام پر کیا گیا، مجھے دھماکے سے پھٹنے والے بموں کا سپروائزر رکھا گیا دیا گیا۔ ذرا سوچئے، یہ ایک بسکٹ فروش دھماکے سے پھٹنے والے بموں کا سپروائزر ہونا اسٹیشن بموں کے پاس کھڑے ہونے کے خیال سے ہی ایک بسکٹ فروش کے پسینے پھوٹنے لگتے ہی مجھے صرف دو دن تربیت دی گئی تھی اور جو کچھ میں نے سیکھا تھا، اس سے میرے خوف میں اور بھی اضافہ ہو گیا۔ میں اپنے پہلے تقرر کہ کبھی نہیں بھولوں گا، ایک نامور سروس اور فہم نے دن کو مجھے کیوبن پوائنٹ، بیادنے ریور پر ہی کی کھلی گودی میں احکام سنائے۔“

”مجھے اپنے جہاز مجھے خودامہ پر تعینات کیا گیا۔ مجھے اس گواہ میں پانچ قاتلوں کے ساتھ کام کرنا تھا۔ ان کی پشتیں بہت مضبوط تھیں۔ میں وہ دھماکے سے اڑانے والے ہوں کے متعلق کچھ نہیں جانتے تھے، وہ جہاز پر کھنڈر لاد رہے تھے، ہر ایک کنستریٹ ایک ٹن بم تھے اور جہنم رسید کرنے کے لئے کافی تھے۔ یہ کنستریٹوں کے ذریعہ لادے جا رہے تھے۔ میں ڈی ویل میں کہہ رہا تھا۔ ”ختم کیا ان میں سے ایک رستہ پھسل جاتا یا ٹوٹ جاتا ہے، ارے بیٹھ کر کیا ہو گا؟ میں ڈر گیا اور دھڑکھڑکانے لگا: میرا گلا خشک ہو گیا، میرے کھٹنے جھک گئے، میرا دل بیٹھ گیا۔ لیکن میں بھاگ نہیں سکتا تھا! اُسے دیکھنا جاتا، میری بغیر قوتی ہوتی۔ میرے والدین کی بدنامی ہوتی۔ اور ذرا کی وجہ سے مجھے گولی سے اڑا دیا جاتا۔ میں بھاگ نہیں سکتا تھا۔ جہاں ہنگام میں ٹھہرنے پر مجبور تھا۔ میں لا پرواہی سے ان قاتلوں کو دیکھنے لگا جو کنستریٹ کو اٹھائے ہوئے تھے۔ جہاز کسی وقت بھی دھماکے سے اڑ سکتا ہے اس خوف اور اندیشہ کوئی ڈیڑھ گھنٹے بعد میرے خود نے میری رہنمائی کی، میں نے اپنے کوچ بھر کر کوسا اور کہا: ”ادھر دیکھو! اگر دھماکہ ہونے سے تم اڑ گئے تو میرا کیا ہو گا؟ تم کبھی اس فرقہ میں امتیاز نہیں کر سکو گے۔ سلطان میں گھل گھل کر مرنے کی بہ نسبت اس طرح مزاحمت آسان ہے، یہ قوت مت بنو۔ تم ہمیشہ فقہ رہنے کی کبھی توقع نہیں کر سکتے۔ تمہیں یہ کام کرنا ہو گا۔ گولی کا نشانہ نہ بننا ہو گا۔ اس لئے جو مناسب سمجھتے ہو کر لو،“

”اس طرح میں گھنٹوں اپنے آپ سے باتیں کرتا رہا اور مجھے کچھ سکون ہونے لگا، آخر کار اپنے آپ کو ناگوار صورت قبول کرنے کے لئے مجبور ہو کر کے میں اپنی پریشانی اور خوف پر غالب آ گیا۔“

”میں اس سب کو کبھی نہ بھولوں گا اب جب کبھی مجھے کسی چیز کے متعلق پریشانی ہوتی ہے جو میرے مکان سے باہر میں اپنے کندھے سے لٹکا کر کہتا ہوں۔ اسے بھول جاؤں یا دیکھتا ہوں کہ اس سے کام چل گیا ہے۔ ایک بسکٹ فروش کا بھی داہا واہ۔ بسکٹ فروش کے لئے جی پی پی“

مرحبا! مرحبا!

یہودیوں کو صلیب پر چڑھانے کے علاوہ تاریخ میں سقراط کی موت کا منظر مشہور ترین ہے۔ آج سے دس ہزار صدیاں بعد بھی لوگ افلاطون کے اس بیان کو پڑھیں گے اور اس سے لطف اٹھائیں گے۔ جو ادبیاتِ عالم میں ایک بے حد خوشامد و خوبصورت پریرگار ہے۔ بیٹے پاؤں والے سقراط سے حسد کرنے اور جلنے والے تیغزن کے بعض لوگوں نے اس کے خلاف الزامات صادر کئے۔ اس پر قہر چلایا گیا، در اسے موت کی مرزا دی گئی۔ جب دوست نواز داروغہ جیل نے سقراط کو نہر کا پیالہ پینے کے لئے دیا۔ اس نے سقراط سے کہا: جو ہو کو رو دھے گا اسے سکون کے ساتھ برداشت کرنے کی کوشش کو دے سقراط نے ایسا ہی کیا، اس نے سکون اور اطمینان کے ساتھ موت کا سامنا کیا جس نے دیوتاؤں کے بھی دل ہلاتے۔

”جو ہو کو رو دھے گا اسے سکون کے ساتھ برداشت کرنے کی کوشش کو دے“ یہ الفاظ سچ کی پیدائش سے ۲۹۹ سال قبل کہے گئے تھے لیکن آج کی پریشانی اور دکھی دنیا کو ان الفاظ کی پہلے سے بھی زیادہ ضرورت ہے ”جو ہو کو رو دھے گا اسے سکون کے ساتھ برداشت کرنے کی کوشش کو دے“

پچھلے آٹھ سالوں میں ہندوؤں اور مسلمانوں پر رہتا ہوں جس میں پریشانی کا ذرا بھی ذکر کیا گیا ہو۔ کیا آپ جانتا چاہتے ہیں کہ پریشانی دور کرنے کا عاقلانہ ترین مشورہ کیا ہے جو مجھے اس سارے مسئلے کے بعد معلوم ہوا ہے؟ اسے ان تائیں الفاظ میں بند کر دیا گیا ہے اسے اپنے غفل خانوں کے تائینوں پر منتقل کر لینا چاہیے تاکہ جب ہم ہاتھ منہ سے گرد و غبار دھوئیں تو اپنے دماغوں سے پریشانی بھی دھو ڈالیں۔ یہ بیش بہا دماغ اکثرین مولد ٹیپو ہنز پر مبنی علی عیسائیٹ انجمن دینیات برلن دے اور منڈلا دیں ٹریٹ نیویارک نے بھی تھی۔

خدا نے دی مجھے استقامت ان چھ سیزوں کو برل کرنے کی جنہیں میں بدل نہیں سکتا۔

جو چیزیں کو صاب بدل سکتا ہوں ان کو بدلنے کا حوصلہ اور
دونوں کے فرق میں امتیاز کرنے کا شعور۔
پریشانی وہ کرنے کا اصول ہے مندرجہ ذیل ہے :-
گزرے کے ساتھ تعادل کرنا۔

باب :- خسارہ روک احوال

کہا آپ جاننا چاہتے ہیں کہ اسٹاک کی پیچیدگی پر کیسے روپیہ کیا جاسکتا ہے؟ ہاں
بہت سے دوسرے لوگوں کو بھی یہی خواہش ہوئی — اور اگر مجھے اس کا جواب معلوم ہوتا
تو یہ کتاب بالکل آئینہ قیمت پر لکھی جاتا مگر درجہ ذیل ایک مفید مشورہ ہے جسے اکثر کامیاب
لوگ استعمال کرتے ہیں۔ مجھے یہ کہانی چارلس رابرٹس نے سنائی تھی، وہ بے پیر روپیہ لگانے
والوں کو مشورہ دیا کرتے ہیں اور ان کا دفتر کا ایڈس ۴۲ ویں سٹریٹ نیویارک میں واقع ہے
جس میں اس سے ہزاروں روپے کمایا گیا تھا۔ یہ ڈالر میرے دوستوں نے شک
کے بازو میں لگانے کے لئے دیئے تھے، میرا خیال تھا کہ میں شک مارکیٹ کو اچھی طرح سمجھتا
ہوں لیکن میں کوڑی کوڑی کھو بیٹھا۔ بے شک کچھ سودوں میں مجھے نفع بھی ہوا لیکن ان کا
ہر چیز ضائع ہو گئی

مجھے اپنے ذاتی نقصان کا کوئی انوس نہیں تھا لیکن اپنے دوستوں کی رقوم کے ضائع
ہونے پر مجھے بڑا افسوس پہنچا۔ حالانکہ وہ لوگ اس نقصان کو آسانی سے برداشت کر سکتے تھے اپنی
کوششوں میں ناکام ہونیکے بعد میں ان سے ملے ہوئے عہدہ تھا لیکن مجھے یہ دیکھ کر بڑا تعجب ہوا کہ انہوں
نے نہ صرف اس نقصان کو سنبھالی خوشی قبول کر لی بلکہ آئندہ روپیہ کمانے کے خیال پر مضبوطی سے جیسے
میں جانتا تھا کہ یہ تیرے لئے احوال پر کامیاب رہا ہوں، اور مجھے زیادہ تر تعذیر اور

دوسرے لوگوں کے مصالح مشورہ پر بھروسہ کرنا پڑتا تھا۔ ایچ۔ آئی فلیس کے الفاظ میں یہ سنی سنائی باتوں اور افواہوں سے بھی باز رہیں فائدہ اٹھانا چاہا۔

میں اپنی غلط فہمیوں پر غور کرنے لگا اور تہیہ کر لیا کہ مارکیٹ میں دوبارہ جانے سے پہلے نہیں معلوم کر کے رہوں گا۔ چنانچہ تلاش و جستجو کے بعد میں نے ایک کامیاب تریبیٹس باڈی میں کلرز سے واقفیت پیدا کر لی۔ مجھے یقین تھا کہ میں اس سے بہت کچھ سیکھ سکتا ہوں۔ کیونکہ کئی سالوں سے اس کی کامیابیوں کے جھنڈے گڑے ہوئے تھے۔ اور میں جانتا تھا کہ اس کی کامیابی محض اتفاقی امر نہیں ہو سکتی۔

اس نے مجھ سے چند ایک سوالات کئے کہ میں پہلے کیسے کاروبار کیا کرتا تھا۔ اس کے بعد مجھے تجارت کا ایک اصول بھی یاد دلا دیا کہ کب تجارت کا ہذا بیت اہم ترین اور دقتی اصول ہے اس نے کہا کہ میں مارکیٹ میں جس سوئے کا بھی پابند ہوتا ہوں اس پر خسارہ روک ا اصول لگا دیتا ہوں مثلاً میں پچاس ڈالر فی حصہ کے حساب سے ایک شاٹ خریدتا ہوں تو اسے فی الفور پینتالیس ڈالر کے حساب سے خسارہ روک ا اصول پابند کر دیتا ہوں یعنی کا مطلب یہ ہے کہ جب شاٹ کی قیمت پانچ نقطوں گر جائے تو یہ پینتالیس کے حساب سے خود بخود بک جائے گا اور نقصان صرف پانچ نقطوں تک محدود رہے گا۔

اس جہان دیدہ استاد نے کہا اگر تم نے پہلی ہی سوچ سمجھ کر پابندیاں قبول کی ہوں تو تمہارا اوسط منافع دس پچیس بلکہ پچاس نقطوں تک پہنچ جائے گا۔ نتیجہ کے طور پر اگر آپ اپنے خسارے کو پانچ نقطوں تک محدود کر کے نصف سے بھی ناٹنڈ غلطیاں کریں پھر بھی آپ کافی روپیہ کمائیں گے۔

میں نے فی الفور اس اصول کو اختیار کر لیا اور ہمیشہ اسے استعمال کرتا ہوں، اس نے میرے محاکموں کے ہزاروں ڈالر بچائے ہیں۔

کچھ عرصے کے بعد مجھے احساس ہوا کہ خسارہ روک ا اصول ایکٹ کے علاوہ دوسرے

کاموں میں بھی استعمال ہو سکتا ہے، میں نے ہر قسم کی رنجشوں، چیلنجوں، ناگواریوں، اور نفرتوں میں خسارہ رکھنا اصول کا استعمال شروع کر دیا اور اس سے جیٹ بہانے کا برا امداد ہوئی ہے۔

”مثلاً میں اکثر وفات ایک دوسرے کے ساتھ بیچ کھانے کا دن متروک کر لیتا ہوں، میرا یہ دوست شافری وقت کی پابندی کرتا ہے، پہلے دنوں میں مجھے گھنٹہ گھنٹہ بھراس کا انتظار کرنا پڑتا تھا، آخر میں اسے اپنی پریشانیوں پر خسارہ رکھنا مرنے کا انداز کرنے کے متعلق بتا دیا میں نے اس سے کہہ دیکھوں میرے خسارہ رکھنا اصول کی میعادوں میں منٹ ہے، اگر تم دیکھ منٹ سے زیادہ دیر کر کے آئے تو یہ معاہدہ ختم ہو جائے گا، میں بیچ کھاؤں گا اور چلا جاؤں گا؟“

ہف خدا! میری یہ کتنی بڑی خواہش ہے کہ آج سے برسوں پہلے مجھے اپنی بے قراری اپنے مزاج، اپنے اعمال کی تباہی کی آرزو، اپنی پریشانیوں اور اپنی تمام فہمی اور جذباتی کششوں پر خسارہ رکھنا اصول لگنے کا شعور ہو جاتا، مجھ میں ہر صورت حال پر جس نے میرے فہمی سکون اور طمانیت قلب کے ساتھ ہونے کا اندیشہ تھا، غالب آئے اور اپنے آپ سے کہنے کا بھی شعور کیوں نہیں تھا۔ ”ڈیل کاویٹی کی ذرا دیکھو، کیا یہ صورت حال ایسی ہے کہ میں چھ بے چینی اور گھبراہٹ کا اظہار کیا جائے۔ کیا اور کچھ نہیں ہو سکتا؟ میں نے کیوں ایسا نہ کیا؟“

”ہاں ایک موقع پر میں نے اپنے آپ کو ضرور ہاتھ دیکھا اور اس کا مجھے اعزاز ملنا چاہئے اور اس موقع پر صورت حال تھی بھی بڑی عمدہ۔ میری زندگی کا بحر ان۔ ایسا بحر جس میں مستقل کھلے تھے اپنی سہائی امیوں، آئندہ تجویزوں اور خوابوں اور اپنے ساہا سال کے کام کو منتہی پہنچانے کا۔ بتا دیکھیں نے بیس تیس سال کی عمر میں اپنی زندگی ناول لکھ کر گزارنے کا فیصلہ کیا۔ میں دوسرا فریک فورس، جیک منڈن، یا ماس ہارڈی بننے کی کوشش کر رہا تھا۔ مجھے ناول نگاری کا اس قدر ضبط تھا کہ میں دس سال تک یورپ میں مقیم رہا۔ جہاں میں پہلی جنگ عظیم کے بعد پرنسنگ پریس کے خاواں نوٹوں کے زمانہ میں چند ڈالروں کے ہمارے صرف ایک سستی اور سادہ زندگی بسر کر سکتا تھا۔ میں اپنا اپنی خواہشات

لکھنے میں دو سال صرف کئے ہیں۔ اس کام کا نام طوفانِ برف، دیوانِ نامِ گلِ خرویدی تھا۔ کیونکہ پیشروں نے اس کے ساتھ وہی سلوک کیا جو دھوکا دہوں کے میٹروں میں بھی سمجھا۔ آئیوے طوفانِ برف سے کیا جاتا ہے جب میرے اہلی مشیر نے مجھے بتایا کہ سب بیکار ہے مجھ پر افسانہ نگاری کی کوئی ہرج، کوئی عکس، کوئی جڑی کوئی صلاحیت نہیں، تو میرے دل کی حرکت کفرِ شاہِ بند ہو گئی۔ یہ گھر اگراں کے دفتر سے باہر نکلا آیا۔ اگر اس نے میرے کوئی پتہ پکارا تو مجھے اتنا صدمہ نہ ہوتا، میرے حواںِ جواب سے ہے تھے۔ مجھے احساسِ خودا کی زندگی کے دوڑے پر کھڑے ہوں اور مجھے نہایت اہم فیصلہ کرنا ہے مجھے کیا کرنا چاہیے؟ مجھے کہہ رہا تھا چاہئے اس کھنک سے جانبر ہونے میں مجھے کئی ہفتے لگ جائیں گے۔ اس وقت میں نے اپنی پریشانیوں پر ہمارے روک ٹوک کر دیا۔ جیسے انسان بھی سمجھتا ہے نہیں سمجھتا ہے لیکن اب جب میں ماضی کی طرف پیچھے پڑ کر دیکھتا ہوں، مجھے نظر آتا ہے کہ میں نے بالکل ہی کیا تھا۔ میں نے اس ناول کے لکھنے میں دو سال تک خونِ سپینہ ایک کیا تھا۔ کس لئے؟ — ایک عظیم الشان تجربے کے لئے۔ اور آگے بڑھ گیا۔ میں نے تعلیمِ باغیان کی جماعتوں کی منہلم کرنے پر ٹھانے اور فائزہ دقت بی سوانح نگاری اور غیر افسانوی ادب کی کتابیں لکھنے کا کام شروع کر دیا! ایسی ہی ایک کتاب آپ اس وقت پڑھ رہے ہیں۔

کیا میں یہ فیصلہ کر کے خوش ہوں؟ خوش؟ جب بھی مجھے اسی کا خیال آتا ہے میں خوشی کے عالم میں اپنے آپ کو گلی کوچوں میں ناچتا محسوس کرتا ہوں۔ میں پوری دنیا ستاروں کے ساتھ گھر سکتا ہوں کہ مجھے کبھی ایک لمحے کے لئے بھی یہ غصیاں نہیں آیا کہ دوسرا کس ہار ڈھائی ہوں۔

سوال گزرتے ایک رات جب راتِ طوفانِ تاب کے کنارے آؤ تو بولی شہسبے تھے ہنسی متھویدو نے اپنا مطلع کاظم خانہ ساز و ہشتناقی چھو ڈھویا، اور لہجہ ڈھاری میں لکھا کسی چیز کی قیمت وہ تم ہے جسے میں زندگی کہتا ہوں اور میں کاغذِ انوارِ بابا اختر کا اس سے

تبادلہ کرنا پڑتا ہے۔

دوسرے الفاظ میں اسے یوں کہا جاسکتا ہے کہ کسی چیز کی قیمت جب ہم اپنی بساط سے زیادہ ادا کرتے ہیں تو ہم حماقت کا ارتکاب کرتے ہیں۔

لیکن گکبرٹ دوسلیون نے مجھے یہی کہا۔ وہ موسیقی کی دلنشین اور وجد افروز صنین تخلیق کر سکتے تھے لیکن مقام انہوں نے کچھ اپنی زندگیوں میں شگفتگی اور سرسخت تخلیق کرنے سے ناگزیر تھے۔ انہوں نے قناعت بالاپوش، میکاڈو، جی جی جین، جینس، ایکادیس جن کی دھڑکنے سے دنیا میں کوئی شال نہیں لٹی لیکن انہیں اپنے مزاجوں پر قابو حاصل نہیں تھا، انہوں نے ہوا ایک قانون کی قیمت کی خاطر اپنی زندگیاں تلخ کر لیں۔ انہوں نے ایک نیا تھمپٹر خریدا اور سیلون نے اس کے لئے قایمیں کا آرڈر دے دیا۔ جب گکبرٹ نے بی بی بیکھانوارا کی تیوریوں پر عمل پیرے ہو گئے اور وہ دونوں تھمپٹر لے آئے۔ ان کا مقصد نہ الت نہایت ہیچا اور پھر انہوں نے زندگی بھر ایک دوسرے سے کلام نہ کیا۔ جب سیلون کوئی نئی دھن بنا کر کرتا تو وہ اُسے ٹھیک کے ذریعے گکبرٹ کے پاس بھیجتا اور گکبرٹ اپنے الفاظ لکھ کر اسے واپسی ڈاک سے سیلون کے پاس بھیج دیتا۔ ایک دفعہ دونوں کو ایک موت میں شریک ہونا پڑا لیکن وہ شیخ کی مخالف سمتوں پر گھڑے ہو گئے اور مختلف سمتوں میں جھکتے تھے تاکہ وہ ایک دوسرے کا چہرہ نہ دیکھ سکیں۔ انہیں ننگ کی طرح اپنی نفرت پر خسارہ روکنا اصول ثابت کرنا نہیں آتا تھا۔

ایب بارغز جنگی کے دوران میں ملکن کے دوست اس کے بدترین دشمنوں کو بُرا بھلا کہہ رہے تھے۔ انہوں نے ان سے کہا تمہیں میری نسبت رنجشوں کا زیادہ احساس ہے۔ شاید تمہیں یہ احساس ہی نہیں اور اگر ہے تو بالکل ہی کم ہے۔ مجھے کبھی خیال بھی نہیں آیا کہ ان سے کوئی ناتعلو بھی حاصل ہو سکتا ہے۔ کسی انسان کے پاس اتنا وقت نہیں ہوتا کہ وہ اپنی آدمی زندگیوں کو گولہ جھسکڑوں میں صرف کر ڈالے۔ اگر کوئی شخص مجھ پر حملہ کرنا چھوڑ دیتا ہے تو میں اس کا منہ پیٹ لیتی ہوں۔

میں چاہتا ہوں کہ میری سن رسیدہ چچی ایدھ میں بھی فلکن کا سا سفود و گندہ کا مادہ ہوتا
 وہ اور چچا فرانک ایک رہن شدہ فارم پر گزرا فکات کیا کرتے تھے اس میں دودھ اور گھاس
 پھوس کثرت سے تھا۔ زمین بھی ناقص تھی اور پھر اس میں گڑھے بھی کافی تھے۔ ان کی گزرا فکات
 بڑی مشکل سے ہوتی تھی۔ پانی پانی صوبہ سمجھ کر استعمال کرنی پڑتی تھی۔ لیکن چچی اپنی غریبانہ جھوڑی
 زمین و آرائش کے لئے کچھ پڑے اور دوسری چیزیں خریدنا چاہتی تھی۔ اس کا ارادہ تھا کہ وہ
 تعیش کی یہ چھوٹی موٹی چیزیں میری دل دوسری ہیں دین اور رسول ڈرائی گڈ مسٹور سے
 ادھار خرید لے گی۔ چچا فرانک نام کسانوں کی طرح مسٹور کے قرض کے منتقل پریشان تھا، وہ
 بلوں کی عدم ادائیگی سے ڈرتا تھا۔ چنانچہ اس نے رازداری سے مسٹور والوں کے پاس جا کر کہا کہ
 وہ اس کی بیوی کو ادھار خریدنے سے روک دیں۔ چچی ایدھ نے یسٹن تو اس کا خون خول اٹھا
 اور کچھ پچاس سال گزرنے کے بعد بھی اس کا خون بدستور خول رہا ہے۔ میں نے اسے یہ کہانی
 ایک خدمت میں بلکہ میسوں میں سنا تے دیکھا ہے جب میں لٹھ سے تھک کر رہ گیا تو وہ میری جھڑپ
 میں نہ ہونے دیتی تھی۔ اس وقت بھی وہ کہانی سننے میں جھگڑائی۔ میں نے کہا چچی ایدھ چچا
 فرانک نے آپ کی خودداری کو مدد سہی کہ غلطی کی تھی۔ لیکن کیا آپ عموں میں نہیں کہ پوری نصف
 صدی گزر جانے کے بعد بھی اس کی شکایت کرتے رہنا اس سے بھی بدتر ہے۔ اگر چاند ہوتا تو میں
 اسے بھی یہ بات کہہ دیتا۔

چچی ایدھ کو اس کہنے اور تلخ یادوں کی جنہیں وہ پانچویں دہائی تھی، بڑی قیمت ادا کرنی پڑی۔
 اسے ان کے عموں اپنے ذہنی سکون سے محروم ہونا پڑا۔

جب انگلستان کا سابق وزیر اعظم بنجمن فرینکلن سات سال کا تھا، اس سے ایک غلطی ہو گئی۔
 اس نے اسے ستر سال تک یاد رکھا جب وہ سات سال کا بچہ تھا، تو اسے ایک سو ایک سو
 بے حد بے حد کھلونوں کی کمان پر گیا۔ وہ اس قدر خوش ہوا تھا کہ اس نے اپنی
 جیب سے تانبے کے کئے نکال کر کاؤنٹر پر ڈھیر لگا دیا اور نصیحت دے کر ایک عدد سونے کا

مقابلہ کیا۔ پھر میں گھر چلا آیا۔ ستر سال بعد وہ اپنے ایک دوست کو لکھتا ہے: ”میں خوشی سے
 دیکھتا ہوں کہ سارے گھر میں سیٹی بجا بجاکو پھرنے لگی۔ لیکن جب اس کے بڑے بہن بھائیوں کو معلوم
 ہوا کہ اس نے سیٹی کی قیمت اصل سے بہت زیادہ ادا کی ہے تو وہ اس کا مذاق اڑانے لگے اور
 اس کے اپنے الفاظ میں تنگ آکر میں رو پڑا۔“

کئی سال گزرنے کے بعد جب فرینکلن چار دانگ عالم میں شہور ہو گیا اور فرانس میں انگلستان
 کا سفیر مقرر ہوا۔ اس وقت بھی اسے یہ حقیقت یاد تھی کہ سیٹی کی قیمت زیادہ ادا کرنے سے مجھے
 اتنی خوشی حاصل نہیں ہوتی تھی جتنی مجھ جھلاہٹ اور آرزو کی ہوئی تھی۔“

لیکن فرینکلن نے اس جو سبق حاصل کیا وہ آخر کار سست رہا۔ وہ آگے لکھتا ہے: ”جب میں
 نے بڑے ہو کر دنیا میں قدم رکھا اور لوگوں کے افعال و اعمال دیکھے تو مجھے بے شمار انسان
 ایسے نظر آئے جنہوں نے سیٹی کی قیمت زیادہ ادا کی ہے، مختصر یہ کہ میں دیکھتا ہوں کہ دنیا آدم کی
 بیشتر تکالیف کی وجہ یہ ہے کہ وہ چیزوں کی قدر قیمت کا تعین کرتے وقت غلط اندازہ لگاتے
 ہیں اور اپنی سیٹوں کی قیمت بہت زیادہ کرتے ہیں۔“

گلیٹر اور سیلون نے اپنی سیٹوں کی بہت زیادہ قیمت ادا کی یہی حال چچی ایڈھکا
 ہے۔ دلی کاریگی نے بھی بہت سے موقعوں پر ایسا ہی کیا ہے اور دنیا کے دو عظیم ترین
 نادوں آرمی و جنگ اور سٹیناکار سے نینا کے مصنف ٹالسٹائی نے بھی یہی کیا۔ ٹالسٹائی
 کی عظمت غیر مافی السحاب کی ہے اور اس نے کھوپڑیاں ہر دنیا کے الفاظ میں وہ اپنی زندگی کے
 آخری مہینوں میں ساری دنیا میں شاید سب سے زیادہ قابل احترام ہو سکتی تھی۔ زندگی کے
 آخری مہینوں میں اس نے ۱۸۹۱ء میں اس کے مداحوں کا ایک نامتناہی سلسلہ
 اس گھر کی زیارت کے لئے آ رہا تھا۔ تاکہ وہ اس کے چہرے کو دیکھ سکیں۔ اس کی آواز
 کو اپنے کانوں سے سُن سکیں۔ اور اس کے چہرے کی جھلک کو اپنے ہاتھوں سے چھو سکیں۔ اس
 کی زبان سے جو لفظ نکلتا تھا اسے فی الفور نوٹ بک میں لکھ دیا جاتا تھا گویا یہ بھی کوئی مقدس مقام

تھا لیکن جب بھی ٹاسٹائی زندگی — روزمرہ کی زندگی — کی مادی میں قدم رکھتا تھا تو ستر سال کی عمر میں بھی اسے اتنا شعور نہیں تھا جتنا ذہنی کلن کو سات سال کی عمر میں تھا وہ شعور سے تھکنا بے بہرہ تھا۔

میرا مفہوم ذہنی کی کہانی سے واضح ہو جائے گا۔ ٹاسٹائی نے ایک ایسا لڑکی کے ساتھ شادی کی جس سے وہ بے پناہ محبت کرتا تھا۔ فی الواقع وہ ایک دوسرے کی محبت میں اس قدر سرور تھے کہ وہ گھٹنوں پر بھجک کر خدا کے حضور میں دعا مانگا کرتے تھے کہ وہ اسی ملکوتی ترک میں زندگی بسر کرتے رہیں لیکن جس لڑکی نے ٹاسٹائی نے شادی کی تھی وہ فطرتاً ہی مزاج تھی اور اس میں رقابت کا جذبہ بھی کافی تھا۔ وہ کاشتکاروں کا بھیس بدل کر اس کے پیچھے پیچھے پھرتی اور جنگلوں میں بھی اس کا پیچھا نہ چھوڑتی آپس میں سخت جھگڑے ہوتے رقابت کا جذبہ اور متعل ہوا اور وہ اپنے بچوں میں بھی حسد کرنے لگی۔ ایک روز اس نے بندوق اٹھا کر اپنی بیٹی کی تصویر پر گولی مار دی۔ ایک اور موقع پر زہر کی شیشی منہ سے لگا کر فرض پر لوٹنے لگی کہ خود کشی کر لوں گی اس کے پیچھے ہم کو ایک کونے میں دھبک گئے اور خوف سے جھینس مارنے لگے۔

لیکن ٹاسٹائی نے کیا کیا؟ نیمہ میں انسان پر طیش ہی آنے اور فرس توڑنے کا الزام نہیں لگاتا۔ اس کے اشتعالی آنے کی مقول دہم تھی لیکن اس نے اس سے بھی بڑا کام کیا۔ اس کی ایک پریسٹوٹ ڈائری تھی۔ ہاں ایک ڈائری۔ اس نے اس ڈائری میں سارا الزام اپنی بیوی کے سر ٹھہرپ دیا: یہ اس کی سیٹی تھی۔ وہ آئینہ نسلوں کو یقین دلانے کی کوشش کر رہا تھا کہ وہ اسے بے خطا قرار دیں گی اور اس کی بیوی کو عزم زار دیں گی۔ اس کے جواب میں اس کی بیوی نے کیا کیا؟ اس نے اس کی ڈائری سے یہ اور اوراق پھاڑ کر جلا دیئے! اس نے خود اپنی ڈائری کھنٹی شروع کر دی جس میں ٹاسٹائی کو دلدن بنایا اور اس کی لٹھی کے نام سے ایک ناول بھی لکھا جس میں اپنے شوہر کو خاندانی شہ ^{۱۳۱} اور اپنے آپ کو شہید بنا کر پیش کیا۔ اور اس کا نتیجہ؟ ان دو انسانوں نے اپنے گھر کو خود ٹاسٹائی کے اپنے الفاظ میں کیوں

پانچ خانہ بنا دیا، ظاہر ہے کہ اس کی کئی وجہیں ہیں اس کی ایک وجہ تو یہ تھی کہ ان کے سیزن کے اندر مجھے اور آپ کو متاخر کرنے کی خواہش مل رہی تھی۔ ہاں، وہ ہم ہی آنے والی نہیں ہیں جو کے متعلق وہ پولیٹیکل تھے، کیا ہمیں ذرا پرواہ ہے کہ لازم کون تھا؟ ہمیں ہم اپنے مسائل ہیں، مجھے ہوسٹے ہیں اور ان ٹالسٹائیوں پر ایک منٹ بھی ضائع نہیں کر سکتے۔ اپنی سیٹی کی انہوں نے کتنی بڑی قیمت ادا کی، انہیں پچاس سال تک پرچ کے جہنم میں زندہ رہنا پڑا، کیونکہ کسی میں بھی انہی عقل نہیں تھی جو کہتا "بند کرو" اور جو کہ کسی میں بھی اقدار کا اتنا شعور نہیں تھا جو کہہ سکتا "ہمیں اس پرزے کو ضرور" خسارہ روک آموں لگا دینا چاہیے، ہم اپنی زندگیوں برباد کر رہے ہیں، اگر ہم کہہ دیں کہ اب کافی ہرچکا ہے!"

میری میانہ اندازہ رائے ہے کہ صحیح ذہنی سکون کا دارِ مفہم اقدار کے مناسب شعور میں ہے اور میرا عقیدہ ہے کہ اگر ہم اس نہری اصول کی پیروی کریں تو فی الحقیقت اپنی پچاس فیصد کا پریشانیوں دور کر سکتے ہیں۔

پریشانی کی غلامت دور کرنے کا اصول ممبر یہ ہے۔

سبب ہمارا جی ابھی رتم و سکے زندگی کے سمنوں میں بری چیزیں خریدنے کو لپکا ہے، تو ہمیں "نک کر اپنے آپ سے تین سوال پوچھنے چاہئیں:-

۱۔ یہ چیز جس کے متعلق میں پریشان ہوں میرے لئے فی الواقع کتنی ضروری ہے؟

ب۔ کون سے مقام پر میں خسارہ روک "اصول استعمال کروں گا۔ اور

۳۔ اے بھول جاؤں گا؟

۳۔ مجھے اس سیٹی کی صحیح معنی قیمت ادا کرنی ہوگی، کیا میں اس کی قیمت سے

پہلے ہی نیا وہ تو ادا نہیں کر چکا؟

باب :- گذشتہ را حلوۃ

یہ جہد مخلقت بوقت فجہ اپنے دماغ میں دینورسار کے پیروں کے نشان جو پتھر پر نقش ہیں نظر آ رہے ہیں۔ اس عجیب مخلقت جانور کے پیروں کے نشان میں نے میل دیویشی کے پتی بورڈی عجائب خانہ سے خرید کر اپنے باغ میں نصب کئے ہیں اور ان کے اسی ہونے کے ثبوت میں میرے پاس عجائب خانہ کا سرٹیفکیٹ ہے اور اس امر کی ضمانت ہے کہ یہ اٹھارہ گرو سال کے ہی بنگویا کا کوئی دیوانہ بھی یہ راہ نہیں کر لگا کہ ان اٹھارہ گرو سالوں میں وہیں جا کر ان کو کوڑا مارنے کو جو پتھر اٹھا رہے ہیں گندہ پلے گزری ہو اسے کالعدم کرنے کا خیال بھی مجھ کو نہ ہوگا۔ لیکن ہم جسے اکثر ٹوک رہے ہیں جو چیز اٹھا رہے ہیں وہ پہلے دماغ ہوئی تھی ہم یقیناً اس کے ساتھ کوہنے کے لئے کچھ نہ سمجھ کر رکھتے ہیں لیکن حتی الامکان اس واقعہ کو ہمیں بدل سکے جو اٹھا رہے ہیں گندہ پلے چلوں پڑے ہوئے تھا۔

خدا کی مددانی میں ماضی کو تیسری اور کارآمد بنانے کا صرف ایک طریقہ ہے، وہ یہ کہ ہم کوئی اور اطمینان کے ساتھ اپنی گذشتہ غلطیوں کا تجزیہ کریں ان سے فائدہ اٹھائیں اور پھر انہیں کھول سہائیں۔

جس جانتا ہوں کہ یہ درست ہے لیکن کیا مجھ میں ہر وقت ایسا کرنے کا حوصلہ اور شعور ہوتا ہے؟ اس سوال کا جواب دینے کے لئے میں آپ کو اپنے ایک عجیب غریب تجربے کے متعلق بتانا چاہتا ہوں جو کئی سال پہلے مجھے حاصل ہوا تھا، میں نے ایک پانی تنگ کا نفع اٹھا کر بغیر تین لاکھ روپے ہاتھ میں خالص کر دیا۔ ہوائیوں کے میں نے تعلیم ہالغان کو وسیع پیمانے پر بھلائے کی ہم شروع کی، مختلف شہروں میں شاخیں کھولیں اور بالائی اخراجات اور نشر و اشاعت پر خوب جی کھول کر روپیہ صرف کیا میں تسلیم کرتا ہوں کہ اس قدر مصروف تھا کہ حسابات دیکھنے کی نہ تو میرے پاس فرصت تھی اور مجھے خواہش تھی، میں اس قدر بھولا اور بے ریاء تھا کہ

مجھے یہ بھی محسوس نہ ہوا کہ اخراجات اور آمدنی کی نگرانی اور جانچ پڑتال کے لئے ایک ہوشیار اور سمجھدار منیجر کی ضرورت ہوتی ہے۔

ایک سال کے بعد مجھے یہ سہولت اور درجہ شرف انجیز حقیقت معلوم ہوتی کہ اتنے وسیع کاروبار کے باوجود ہمارے منافع میں ایک پائی تک کا اضافہ نہیں ہوا یہ معلوم ہونے کے بعد مجھے دو باتیں کرنی چاہیئے تھیں۔ اول مجھے بھی وہ کرنا چاہیئے تھا جو بینک کے دیوالیہ ہوجانے پر اپنی عمر بھر کی کمائی — چالیس ہزار ڈالر — کے چھین جانے سے جتنی سائنسدان خارجہ شنگٹن کا دورہ کرنے گیا تھا۔ جب اس سے کسی نے پوچھا: ”آپ جانتے ہیں کہ آپ دیوالیہ ہوجکے ہیں؟ تو اس نے جواب دیا: ”ہاں میں نے سنا ہے۔“ اور پھر بڑھانے میں مشغول ہو گیا۔ اس نے اس نقصان کو اپنے ذہن سے بالکل نکال دیا اور پھر کبھی اس کا ذکر تک نہیں کیا۔

دو تھہر سربات جو مجھے کرنی چاہیئے تھی وہ یہ ہے کہ وہ یہ کہ مجھے اپنی غلطیوں کا تجربہ کرنا چاہیئے تھا اور ان سے ایک پائدار اور مستقل سبق لینا چاہیئے تھا۔

نکس سچی بات یہ ہے کہ میں ان دونوں میں سے کچھ بھی نہ کیا۔ اس کے بجائے میں پریٹانیوں کے بھنور میں غوطے کھانے لگا۔ میں کئی مہینوں تک اضطراب اور مایوسی میں مبتلا رہا۔ میری نیند اڑ گئی اور وزن کم ہو گیا۔ اس عظیم غلطی سے سبق سیکھنے کے بجائے میں نے جھوٹے پیمانے پر پھر وہی کام بھروسہ کر دیا۔

اس ساری طاقت کا اعتراف کرتے ہوئے سمجھتا ہوں لیکن بہت عرصہ پہلے مجھے معلوم ہو گیا تھا کہ ”میں آدمیوں کو یہ سمجھانا بہت آسان ہے کہ کیا کرنا چاہیئے لیکن اپنی تعلیم پر عمل کرنے والے میں آدمیوں میں سے خود ایک ہونا بہت مشکل ہے۔“

میری یہ گفتی بڑی خواہش ہے کہ کاش مجھے بھی خارجہ شنگٹن ہائی سکول میں داخل ہو کر مسٹر بریڈوائٹ سے تعلیم حاصل کرنے کا شرف حاصل ہوتا۔ مسٹر بریڈوائٹ ہی اسناد ہیں جن کے زیر سایہ ایلمن سائڈرس ۱۹۲۹ء وڈی کرسٹ ایونیو، بروکس (نیویارک) نے تعلیم پائی تھی۔

مٹر ساندس نے مجھے بتا دیں نے اپنی زندگی کا سب سے قیمتی سبق اپنی حفظانِ صحت کی
کلاس کے دُست دسٹر بریڈوائس سے سیکھا ہے۔ انہوں نے اپنی کچھ کہانی سناتے ہوئے کہا
ہیں اُمی اپنے غصہ میں شباب میں ہی تھا لیکن اس وقت بھی میں پریشان اور متفکر رہا کرتا
تھا مجھ سے جو غلطیاں سرزد ہوتی تھیں، میں ان کے متعلق پریشان رہا کرتا تھا اگر کسی امتحان
کے کسی پرچے میں غلطی ہو جاتا تو میں اس قدر سے ساری رات بڑا جاگتا رہتا اور اپنی آنکھوں
کے ناصی پھاننا نہ کرتا کہ میں پاس نہیں ہو سکا میں جو بھی کام کرتا ہمیشہ اُسی کے متعلق سوچتا رہتا اور
میری یہ خواہش ہوتی کہ کاش میں نے اپنے وہ ساری طرح کیا ہوتا۔ جو کچھ میں کہتا، اس کے متعلق غلط
رہتا نہ کاش میں نے اس سے بہتر کیا ہوتا۔

”پھر ایک صبح ہماری جماعت سائنس کی لیبارٹری میں جمع ہو گئی وہاں استاد بریڈوائس نے
دودھ کا ایک بوتل اپنی میز پر نمایاں کر کے رکھی ہوئی تھی ہم سب اپنی اپنی نشستوں پر بیٹھ گئے
لیکن ہماری نگاہیں دودھ کی بوتل پر جمی ہوئی تھیں۔ سمجھ میں نہیں آتا تھا کہ اس کا ہمارے کیرس سے
کیا تعلق ہے۔ پھر اچانک مٹر بریڈوائس اپنی کرسی سے اٹھ کھڑے ہو گئے۔ انہوں نے دودھ
کی بوتل فضا میں کھولائی اور وہ گھٹ سے ٹوٹ کر ناند میں جا گری۔ اور مٹر بریڈوائس
کی کوٹھن بولٹا آواز سنائی دی۔ گھر سے ہونے والے دودھ پر مت چلاؤ۔

”انہوں نے پھر ہم سب کو ناند کی طرف آنے اور ٹوٹے ہوئے شیشے کے ٹکڑوں کو دیکھنے
کا اشارہ کیا۔ انہوں نے ہم کو کہا کہ خوب اچھی طرح سے دیکھ لو۔ کیونکہ میں چاہتا ہوں کہ تم اس
سبق کو زندگی بھر یاد رکھو۔ وہ دودھ ضائع ہو چکا ہے تم اسے نالی میں بہتے ہو دیکھ سکتے ہو
اور کسی قسم کا آواز دلا، ہا ہا کار پر لاشیائی انتظار اب اس کا ایک قطرہ بھی واپس نہیں لاسکتا۔
ذرا سی احتیاط اور دھیان سے وہ دودھ بچا یا جاسکتا تھا لیکن اب بہت دیر ہو چکی ہے۔

— ہم صرف اتنا ہی کر سکتے ہیں کہ اسے اپنے ذہن سے بھلا دیں اور اس کا کام شروع کر دیں۔
اس ساندس نے مجھے بتایا کہ اس چھوٹے سے تجربے نے مجھے علمی زندگی کے متعلق اتنا

کچھ کھلایا جو میں چار سال ہائی سکول میں رہ کر بھی نہیں سیکھ سکا تھا۔ جب میں اقلیدس اور
لاٹینی بھول چکا تھا، اسی وقت بھی میرے ذہن میں موجود رہا، اس نے مجھے کھلایا کچھ
ہوسکے دودھ کو گرنے سے بچایا جائے لیکن ایک دن یہاں یہ گر جائے اور نالی میں بہہ
جائے تو پھر اس کے متعلق بھول جانا چاہیے۔

غالباً بعض تاریخی اس قدر فرسودہ اور بوسیدہ ضرب الشل "گرے ٹی" جو دودھ پر مت
چلاؤ کہ اس قدر اہمیت دینے پر ناک بھوں چڑھائیں گے میں جانتا ہوں کہ یہ مولیٰ فرسودہ
اور پیش یا نمانتا ہے لیکن مجھے یہ بھی معلوم ہے کہ یہی روایتی، فرسودہ اور حقیر ضرب الشل
تمام زمانوں کی عقل و ذہانت کا پتہ چڑھیں۔ نسل انسانی کے آتشیں تجربے کی پیداوار ہیں اور
لا قدر اندسوں سے وراثتاً چلی آرہی ہیں اگر آپ کو وہ ہر چیز پڑھنی پڑے جو اسے زمانہ
دوران کے علماء و فضلاء نے پریشانی کے متعلق لکھی ہے تو آپ "گرے ٹی" جو دودھ پر مت
چلاؤ اور اپنے یوں نکتہ ہتھینے سے پہلے انہیں عبور کرنے کی کوشش نہ کرو۔ جیسی فرسودہ اور
روایتی کما وقتوں جیسی کوئی خیادہی اور بڑھ چڑھ نہیں پڑھیں گے اگر ہم ان کہا وقتوں پر ناک بھوں
پڑھانے کے بجائے ان پر عمل کریں تو ہم تقریباً ایک کال زندگی بسر کرنے لگیں کیونکہ جب تک علم
پر عمل نہ کیا جائے وہ قوت نہیں بنتا اور اس کتاب کا مقصد آپ کو کوئی نئی چیز بتانا نہیں ہے اس کا
مقصد آپ کو کچھ پہلے جانتے ہیں اس کی آپ کو یاد دہانی کرنا اور آپ کو اس پر عمل کرنے
کی ترغیب دلاتا ہے۔

میں انجینیئر فزیشنر شید جیے انسان کا ہمیشہ مداح رہا ہوں۔ ان کے پاس ایک طرف
حقیقت کو ایک نئے اور دلاویز پیرائے میں بیان کرنے کا ملکہ تھا۔ وہ فلاوٹ لٹری کے
ایڈیٹر تھے۔ انہوں نے ایک دفعہ کسی کالج کی گریجویٹ کلاس سے خطاب کرتے ہوئے پوچھا
آپ میں سے کتنے لوگوں نے کبھی لکھ لپی چیری ہے؟ وہ فرما ہا تھا کھڑے کر لیں! اکثر طلباء
کے ہاتھ کھڑے تھے۔ اچھا تو کبھی کسی نے براہ بھی چیرا ہے؟ کوئی ہاتھ نہیں کھڑا تھا!

سرٹڈ نے باواز عدہ کہا۔ "ہاں آپ براہ نہیں چیر سکتے۔ یہ تو پہلے ہی جو کر براہ وہ
جی چکا ہے، یہی حال ماضی کا ہے۔ جب آپ ایسی چیزوں کے متعلق پریشان ہوتے ہیں جن پر
آپ کر چکے ہیں تو آپ محض براہ چیرنے کی کوشش کر رہے ہوتے ہیں۔"

جب میں بال کا شہرہ آفاق کھلاڑی ہونی میک اکیا سی سال کا ہوا، میں نے اس سے
پوچھا کیا آپ کبھی ہار ہی ہوئی تھیں؟ کئی سالوں کے متعلق بھی پریشان ہوتے ہیں؟
"ہاں ارے ہاں میں پریشان ہوا کرتا تھا۔ کوئی میک سے میرے سوال کا جواب دیتے ہوئے
کہتا "لیکن اٹھ سال ہوئے، میں اس حماقت پر غالب آچکا ہوں۔ مجھے معلوم ہوا کہ ایسا کرنے
سے کسی قسم کا فائدہ نہیں پہنچتا۔ اس نے کہا "جو پانی بہہ کر کھڑی سی جا چکا ہو، آپ اس
دانے نہیں پیس سکتے۔"

ہاں، جو پانی بہہ کر کھڑی سی جا چکا ہو، آپ اس سے پانی نہیں پیس سکتے، ٹکڑیاں نہیں چیر
سکتے لیکن آپ اپنے پہرے پر بھر پور اور اپنے معدے میں ناسور ضرور پیدا کر سکتے ہیں۔

گذشتہ یوم شہزادہ تپ نے جیکب ٹیپ سی کے ساتھ کھانا کھایا۔ اسی نے مرثا اور
تیزوں کا شور بکھاتے ہوئے مجھے اس مقابلہ کے متعلق بتایا جس میں اس نے ٹی سے ہوی
دریٹ جیمیں ٹپ ہاری تھی۔ قدرتی طور پر یہ اس کی انا کے لئے ایک طوفانی تھا، اس مقابلے کے
میں دوران میں اس نے مجھے بتایا۔ "اچانک مجھے احساس ہوا کہ میں بوڑھا ہو گیا ہوں۔۔۔

دسویں راؤ ٹنگ میں اپنے پاؤں پر کھڑا تھا لیکن بت بگڑ چکی تھی، میرا دم بھول گیا تھا، ہیرو
لال سرخ نور ہا تھا اور میری آنکھیں تقریباً بند ہو چکی تھیں۔۔۔ میں نے ریفریکٹو
ٹنی کلا تھ کا مریابی کے نشان کے طور پر اٹھاتے دیکھا۔۔۔ میں اب دنیا کا چمپین نہیں ہا تھا
میں لوگوں کے عجم کو جیتے ہوئے بارش میں اپنے ڈریسنگے دم کی طرف چل پڑا۔ جب میں گزرتے
لگا چند لوگوں نے میرے ہاتھ کو پکڑنے کی کوشش کی، میں نے انہیں میں آسو تھے

ایک سال بعد میری ٹی کے ساتھ ٹکڑ ہوئی۔ لیکن سب کچھ بیکار تھا۔ میں ہمیشہ کے لئے

ختم ہو چکا تھا، اتنا کچھ ہونے کے باوجود پریشان نہ ہونا میرے لئے ناممکن تھا لیکن میں اپنے آپ سے کہا: میں ماضی میں نہیں رہوں گا اور نہ ہی گزے ہوئے دودھ پر چلاؤں گا: یہی اس مسئلے کو بہداشت کروں گا اور اس سے شکست قبول نہیں کروں گا۔

اور جبکہ ڈیمپ سی نے بالکل ہی کیا۔ کیسے؟ بار بار اپنے آپ سے کہہ کر کہتی پریشان نہیں ہونگا؟ نہیں ایسا کرنے سے تو وہ ماضی کی شکستوں اور پریشانیوں کے متعلق سوچنے پر مجبور ہو جاتا اس نے اب بھی شکست کو تسلیم کر کے اس کی یاد کو مٹا کر اور پھر اپنی توجہ کو مستقبل کی تجویزوں پر منطقی کر کے کیا اس نے ایسا براڈوے میں جبکہ ڈیمپ سی ریسورٹ اور ۹۷ ٹریٹس میں گریٹ مارٹھن ہوٹل کھول کر کیا اس نے ایسا انعامی مقابلوں کو ترقی دے کر اور بے پناہی کی نمائش کر کے کیا اس نے ایسا اس طرح کیا کہ وہ تعمیری کام میں اس قدر مصروف ہو گیا کہ ماضی کے متعلق پریشان ہونے کے لئے نہ تو اس کے پاس وقت تھا اور نہ تخریصیں جبکہ ڈیمپ سی نے مجھے بتایا کہ مجب میں یکمبہن تھا اس وقت مجھے اتنی خوشی حاصل نہیں تھی کچھلے دس سالوں سے حاصل ہے!

جب میں تاریخ اور سوانح حیات کی کتابیں پڑھتا ہوں اور لوگوں کو کٹھنوں اور لاگھٹ گھائیوں سے گذرتے اور سخت حالات کا مقابلہ کرتے ہوئے دیکھتا ہوں تو مجھے یہ دیکھ کر بہت تعجب ہوتا ہے کہ ان میں اپنی پریشانیوں اور دکھوں کو مٹانے اور حتمی زندگی بسر کرنے کی صلاحیت ہے اور خود میرے اندر ایک نیا جذبہ اور جوش موجزن ہو جاتا ہے۔

مجھے ایک دفعہ سنگ سنگ جیل دیکھنے کا موقع ملا، مجھے یہ دیکھ کر بڑی حیران ہوئی کہ وہاں کے قیدی عام انسانوں کی طرح خوش باش زندگی بسر کر رہے تھے۔ میں نے سنگ سنگ کے داروغہ بوس۔ ای۔ لاؤز سے اس کا ذکر کیا اور اس نے مجھے بتایا کہ جب شروع شروع میں مجرم سنگ سنگ پہنچتے ہیں تو بڑے تلخ مزاج اور کبیدہ خاطر نظر آتے ہیں مگر یہاں کے قیام کے چند مہینوں کے بعد اکثر ذہین لوگ اپنی بلعیدوں کو بھلا دیتے ہیں اور سکون

تکب کے ساتھ جیل کی زندگی قبول کر لیتے ہیں۔ اور اس سے زیادہ سے زیادہ غائدہ اٹھانے کی کوشش کرتے ہیں۔ وار وغہ جیل نے مجھے سنگ سنگ کے ایک ہا جنیان قیدی کے تعلق بتایا جو جیل اور سبزیاں بوتے وقت گکایا کرتا تھا۔

پھول اور سبزیاں بوتے وقت سنگ سنگ کا گانے والا قیدی ہمیں سے اکثر کی نسبت زیادہ سمجھدار اور باشعور تھا کیونکہ وہ جانتا تھا کہ متحرک انگلی نکھتی ہے اور نکھنے کے بعد حرکت کرتی ہے

تمہارا تقویٰ اور ہمتی ساری سمجھ بوجھ اس کی نکھی ہوئی نصف سطر بھی نہیں کاٹ سکیں گے

اور نہ تمہارے سارے آسواں کا ایک لفظ تک مٹا سکیں گے۔
اس لئے آخر منافق کئے جائیں۔ ٹھیک ہے کہ ہم غلطیوں اور حماقتوں کا ارتکاب کر چکے ہیں۔ لیکن پھر کیا؟ کون نہیں کرتا؟ نیپولین نے بھی جتنی لڑائیاں لڑیں، ان میں سے ایک تہائی ہار دی۔ غالباً ہماری اور سٹارٹس ڈیموین سے بدتر نہیں۔ کون جانتا ہے؟
اور کب بادشاہ کی ساری پیادہ اور گھوڑے سوار فوج ماضی کا ایک لمحہ بھی داپ نہیں لاسکتی اس سے ہمیں اصول ملایا اور دکھانا چاہیے۔
گزشتہ را معلوۃ، آئندہ را احتیاط۔

حصہ سوئم

پریشان ہونے کی عادت چھوڑنے کے طریقے

خلاصہ

اصول (۱) کسی کام میں مشغول رہ کر اپنے ذہن سے پریشانی نکال دیجئے۔ کثرتِ کار تفکرات کی بہترین دوا ہے۔

اصول (۲) چھوٹی چھوٹی باتوں پر تفکرات مت ہوئے چھوٹی اور ادنیٰ چیزوں — زندگی کی پیش یا آفتاد اور معمولی چیزوں — کو اپنی مسرت اور خوشی بنا کر نہ دیجئے۔

اصول (۳) اپنی پریشانیوں کو دور کرنے کے لئے قانون اعتدال استعمال کیجئے۔ اپنے آپ سے پلوچئے آخر اس چیز کے خلاف کون سے حالات کام کر رہے ہیں، جو اسے واقعہ ہونے نہیں دیتے؟

اصول (۴) ناگزیر کے ساتھ تعاون کیجئے، اگر آپ کو معلوم

ہے کہ حالات آپ کے قابو سے باہر ہو چکے ہیں۔
 اور آپ انہیں بدل نہیں سکتے۔ اپنے آپ سے
 کہئے ”یہ ایسا ہی ہے، اس کے ماسوا ہرگز نہیں
 ہو سکتا۔“

اصول دہم، اپنی پریشانیوں پر ”خمارہ مدوک“ اصول کا اطلاق
 کیجئے۔ سوچ کر فیصلہ کیجئے کہ یہ چیز کس قدر پریشانی
 کی محتاج ہے۔ اور اس سے زیادہ اس کے
 متعلق قطعاً پریشان ہو جائے۔

اصول دہم، گذشتہ ما صلوٰۃ آئندہ ما احتیاط۔ برادہ چیرنے
 کی کوشش مت کیجئے۔

حصہ چہارم

پریشانیوں اور ذہنی رویت

باب ۱۲۔ خیالات کی اہمیت

چند سال ہوئے مجھ سے ایک ریڈیو پروگرام میں ایک سوال پوچھا گیا: اپنی زندگی میں آپ نے سب سے بڑا سبق کیا سیکھا ہے؟

میرے لئے اس کا جواب دینا آسان ہے۔ میں نے اپنی زندگی میں اہم ترین سبق یہ سیکھا ہے کہ ہمارے خیالات و تصورات ہماری شخصیت کے عینہ وار ہیں۔ اگر مجھے معلوم ہو جائے کہ آپ اس وقت کیا سوچ رہے ہیں تو میں فوراً بتا دوں گا کہ آپ کیسے آدمی ہیں۔ جو کچھ ہم میں ہمارے خیالات ہی ہیں ایسا بناتے ہیں۔ ہمارا ذہنی رجحان ہی ہماری قسمت کا تعین کرتا ہے۔ اس کی ظاہر ایسٹن کے الفاظ ہیں: ایک انسان وہی کچھ ہے جو وہ تمام دن سوچتا ہے۔ — اور اس سے مختلف وہ ہو بھی سکتا ہے؟

ہاں یہ بڑا یہ عقیدہ ہے کہ ہمارے سامنے سب سے بڑا اہم واحد مسئلہ مجمع قسم کے خیالات کا انتخاب ہے۔ اگر ہم یہاں کامیاب ہو جائیں تو ہم اپنے سارے مسائل کو نہایت آسانی اور جلدی

کے ساتھ فٹا سکے ہیں۔ مملکتِ روم کے حکمران اور عظیم فلسفی ماکس اوریل ایس نے اسے سٹوٹ
الفاظ میں کو دیا ہے۔ یہاں ہی زندگی ہمارے خیالات سے بنتا ہے؟

اگر ہم خوشی اور مسرت کے خیالات سوچیں گے تو ہم خوشی اور مسرت رہیں گے، اگر ہمارے
خیالات افسردہ اور پریشانی ہیں تو ہم پریشانی اور پریشانی ہو جائیں گے۔ بڑا دل نہ
خیالات ہیں بڑا دل اور دل پر ہلکا ہوا خیالات شاید ہیں جیسا بنا دیں۔ اگر ہم ناکافی
کے متعلق سوچیں گے تو ہم یقیناً ناکام رہیں گے اگر ہم اپنے آپ پر ترس لکھاتے رہیں گے تو ہم کوئی ہم
گزینہ کرے گا ہم سے دور رہا گے گارنر سنسٹ پیل کے الفاظ میں آپ وہ نہیں جو آپ سمجھتے
ہیں بلکہ وہ ہیں جو آپ سوچتے ہیں؟

کیا میں شیخ علی کی اختیار کرنے کی حمایت کر رہا ہوں یا نہیں؟ بد قسمتی سے زندگی اتنی سہل اور
آسان نہیں ہے لیکن میں اتنا ضرور کہوں گا کہ میں شیخ علی رحمان کے بھائے حبیب رحمان اختیار
کرنا چاہیے۔ دوسرے الفاظ میں ہمیں اپنے مسائل پر دھیان تو ضرور دینا چاہیے لیکن پریشان
پرگز نہیں ہونا چاہیے۔ پریشانی اور دھیان میں کیا فرق ہے؟ ہم اس کی وضاحت کرنا نہیں ہر
بار جب میں نیویارک کے بازاروں میں گزرتا ہوں، مجھے اس کا دھیان تو ضرور ہوتا ہے لیکن اس کے
متعلق پریشانی بالکل نہیں ہوتی۔ دھیان کا مطلب یہ ہے کہ اپنے مسائل کا یقین کرنا اور سکون کے ساتھ
انہیں پائیپلین تک پہنچانے کیلئے قدم اٹھانا۔ پریشانی کا مفہوم بالکل دوسرا ہے جسے دماغ میں گھومتا ہے
کوئی شخص اپنے پیچیدہ مسائل پر دھیان دینے کے باوجود اپنے کوٹ میں سرخ شامی بھول
لگا کر اور گردن بند کر کے پل پھر سکتا ہے۔ میں نے ماس آول کو ایسے ہی کرتے دیکھا۔ مالک
زمانے میں مجھے پہلی جنگ عظیم میں ایلن بائی مارش ہم مشہور فلمیں دکھانے میں لاواں کامیو کا
رفیق کا رہنے کا شرف حاصل رہا ہے۔ اس نے اور اس کے ساتھیوں نے جنگ کے
کوئی آدمی درجن محاذوں پر یہ تصویروں کی اتنی ہی تھیں۔ ان میں سب سے بہتر فلم ٹی ایس
ہارٹس کی فلمیں عربی فوج اور مقدس سرزمین پر ایلن بائی کا قبضہ تھی۔ اس کی مصورتانہ تقریریں

جی کاغذ ان لائسنس کے ساتھ عرب میں اور اہل ہائی کے ساتھ فلسطین میں تھا۔ لندن اور ساری دنیا میں ایک سستی پیدا کر رکھی تھی۔ لندن کے کچھ گھر بچے ہفتے کے لئے غنوی کر دیئے گئے تاکہ وہ کاؤنٹ گھارمین وائل اسپر بارڈر میں اپنی عظیم قوم کی کہانی سنائے اور تصویریں دکھانے کا کام جاری رکھ سکے۔ لندن میں حیرت انگیز کامیابی حاصل کرنے کے بعد اس نے بہت سے دوسرے ملکوں کے کامیاب دورے کئے۔ پھر اس نے ہندوستان اور افغانستان کی زندگی اور طرزِ حاشوت کی فلم بنانے میں دو سال لگائے۔ پھر مت کی ٹھوکریں کھانے کی باری آئی۔ شہریت اور زندگی میں اس حد تک اسے تنگ کیا کہ ایک روز لندن میں اس کا دیوالہ لگ گیا۔ اس وقت میں اسے ساتھ تھا مجھے اچھی طرح یاد ہے کہ ہماری حالت اس قدر زدی ہو چکی تھی کہ میں ارناں نزلین موٹوں میں جا کر کھانا کھانا پڑا۔ اور اگر مشہور رسکٹ فن کا ریمز میکے میں کچھ پہلے اُدھار نہ دیتا تو ہم وہاں سے بھجنا نہ کھاسکتے۔ اس کہانی کا اختتام یہ ہے کہ اس وقت بھی جب ملاول ہاس بجاری قرضوں اور انتہائی مالی پسوں کے بوجھ تلے دبائے تھا۔ اسے دھیان تھا۔ وہ پریشان نہیں تھا۔ وہ جانتا تھا کہ اگر اس نے اپنے مخالفین سے شکست قبول کر لی تو اس کا وجود قرض خواہوں سمیت ہر گھم کے لئے بیکار اور لامبانی ہو گا۔ چنانچہ ہر روز صبح کے وقت وہ کام پر جانے سے پہلے ایک پھول خریدتا۔ اسے اپنے کوٹ پر لگانا اور اپنی گودھ جلد کر کے خود اعتمادی کے ساتھ قدم اٹھانا ہوا۔ آکسفورڈ سٹریٹ سے گزرتا اس کے خیالات شہمت اور رجحان تھے۔ اور اب اس نے شکست سے شکست کھانے سے انکار کر دیا۔ اس کے لئے مقابلہ میں مار کھیل کا ایک لازمی جز بن گیا تھا۔ اور اگر آپ بلند ہونے کو چھوڑنا چاہتے ہیں تو آپ کو یہ مفید اور کارآمد تربیت حاصل کرنی پڑے گی۔

ہمارا ذہنی رویہ ہماری جسمانی قوت پر ناقابلِ یقین حد تک اثر انداز ہوتا ہے۔ برطانیہ کا مشہور ماہر نفسیات اور معالجہ داخلی ہے۔ اسے ہیلڈیلڈ اپنی نفس کی کتاب قوت کی انقیاد میں اس حقیقت کی نہایت عمدہ مثال دیتا ہے۔ وہ لکھتا ہے میں نے جسمانی قوت پر ذہنی توجہ کے اثرات کا مقابلہ کئے لئے تین اشخاص سے کیا کہ وہ اس مقصد کے

مئے اپنی خدمات پیش کریں۔ اس اثر کو ایک آلہ جسے قوت پیا کہتے ہیں، پکڑ کر اپنا جانا ہے ان آدمیوں سے یہ کہا گیا کہ وہ قوت پیا کو اپنی ساری طاقت پکڑیں۔ اس نے تین مختلف حالتوں میں ان کا معائنہ کیا۔

جب اس نے عام بیداری کی حالت میں ان کا معائنہ کیا تو ان کی اوسط گزرت ۱۰.۱ تھی۔ جب اس نے انہیں قشری توجہ سے اثر پذیر کر کے ان کا معائنہ کیا۔ اور اس قسم کی یہ بھی کہا کہ وہ بہت کمزور ہو چکے ہیں تو ان کی اوسط گزرت ۲۹ پونڈ تھی۔ جو ان کی ہم قوت کے لئے بھی کم تھی (ان میں سے ایک آدمی کو کئے بازی میں انعام مل چکا تھا۔ یہ جب قشری توجہ سے متاثرہ حالت میں اسے بتایا گیا کہ وہ بہت کمزور ہے تو اس نے جواب دیا: مجھے اپنا بازو نیچے کے بازو کی طرح ہلکا پھلکا محسوس ہوتا ہے)

جب کپتان ہیڈ نیڈل نے تیسری دفعہ ان کا معائنہ کیا اور قشری توجہ سے متاثرہ حالت میں انہیں بتایا کہ وہ بہت مضبوط اور طاقتور ہیں تو ان کی گزرت ۴۴ پونڈ تک پہنچ گئی ہے جب ان کے ذہن قوت کے مثبت خیالات سے بھر دیئے گئے تو ان کی حقیقی جسمانی قوت تقریباً پانچ گنا بڑھ گئی۔

خیال کی طلسمی قوت کی وضاحت کے لئے میں آپ کو تاریخ امریکہ کی ایک ہنریت ہی میرٹ ٹیکیز کہنا چاہتا ہوں۔ اس کے متعلق ایک پوری کتاب لکھی جا سکتی تھی۔ لیکن تینوں اشعار سے کام لیتا ہوں خانہ جنگی ختم ہونے کے مقورے تریسے بعد اکتوبر کی ایک سرد اور بارش رانی رات کی ایک بے خانہ دل اور بے رحمیت نے جس کی روئے زمین پر ایک آوارہ سے زیادہ حقیقت نہ تھی، ایسبری (مسیحیوں میں ایک ریٹائرڈ بحری کپتان کی بیوی "سانی" دیب سٹر کے مکان پر دستک دی۔

جب سانی دیب سٹر نے دروازہ کھولا تو اسے ایک کمزور، نحیف اور نحس سی بالادھار مخلوق نظر آئی، جو بے غلام کھال اور ہڈیوں کے سونپنڈ سے مشبک ہی کچھ زیادہ ہو گی۔ اس اجنبی خاتون

نے اپنا نام مسز گلوور بتایا اور کہا۔ ”یہ رات دن ایک عظیم مسئلے میں کھوٹی رہتی ہوں اور کسی اپنے گھر کی تلاش میں ہوں جہاں میں اطمینان سے بیٹھ کر اس پر سوچ پیکر کر سکوں اور اسے غلطی جا رہی ہوں۔“

”پھر یہیں کیوں نہیں بکھر جاتی؟“ مسز ویب سٹر نے جواب دیا۔ ”میں اتنے بڑے مسئلے میں بالکل اکیلی رہتی ہوں۔“

اگر تعصبات کے ایام میں مسز ویب سٹر کا داماد بل ایس نہ آتا تو شاید مسز گلوور غیر معینہ وقت تک وہیں پڑی رہتی۔ لیکن جب اسے مسز گلوور کی موجودگی کا علم ہوا تو اسے بڑا غصہ آیا اور چلا کر بولا۔ ”یہ اس گھر میں کسی آدمی کو برداشت نہیں کر سکتا۔ اور“ نے اس بے چاری بے خانوں کو باہر نکل دیا، وہ چند منٹ وہیں بارش کی کھڑی ٹھٹھکی رہی اور پھر کسی پناہ گاہ کی تلاش میں سڑک پر چل پڑی۔

کہانی کا تعجب خیز حصہ اب شروع ہوتا ہے۔ وہ آدمی گردی سے بل ایس نے دھکے دیکھ کر سے باہر نکال دیا تھا۔ دنیا کے خیالات و افکار پر اس قدر چھائی کہ تاریخ عالم میں اس کی ڈھونڈ سے مثال نہیں ملتا۔ اب اس کے لاکھوں غلام پیر و کار سے میری بیکاری کی سبھی سائنس کی بانی — کے نام سے جانتے ہیں۔

لیکن اسی وقت تک وہ اپنی زندگی میں بیماری، دکھ، غم اور الم کے سوا بہت کم چیزیں سے آشنا ہوئی تھی۔ اس کا پہلا شوہر شادی کے چند ہی روز بعد انتقال کر گیا۔ اس کا دوسرا شوہر ایسے تنہا چھوڑ کر ایک شادی شدہ عورت کے ساتھ بھاگ گیا اور کچھ عرصے کے بعد ایک خیراتی ہسپتال میں مر گیا۔ اس کا صرف ایک ہی بیٹا تھا اور اسے بھی وہ بیماری آگیا۔ امداد کی وجہ سے چھوڑنے پر مجبور ہو گئی، اسی وقت وہ صرف چار سال کا تھا اور وہ اس قدر ایک دوسرے کی نگاہوں سے دور چلے گئے کہ اکتیس سال تک ان کی آپس میں ملاقات نہ ہو سکی۔

مسز ایڈی کی صحت ہمیشہ خواب رہتی تھی۔ اس لئے اس کے اپنے الفاظ میں وہ "حاضی علاج کی سائنس میں بڑی دلچسپی لینے لگی لیکن لی ان (راکھوٹیس) کے مقام پر اس کی زندگی کا ڈرامائی موڑ آگیا۔ ایک روز جب سردی معمول سے کچھ زیادہ ہی پڑ رہی تھی، چلتے چلتے اس کا پاؤں پھسل گیا اور وہ برقی بیڑی پر گر پڑی۔ اور یہوش ہو گئی۔ اس کی ریڑھ کی بڑی اس قدر زخمی ہو گئی تھی کہ اس کے سارے بدن میں قشع کے دردے پڑنے لگے۔ اس کے بچے کی کوئی امید نہ رہی یہاں تک کہ ڈاکٹر نے بھی مایوسی کا اظہار کر دیا۔ اس نے کہا کہ "اگر کسی سحر سے وہ بچ بھی مچتی تو زندگی بھر بھی چلی پھر نہیں سکے گی۔"

بستر مرگ پر لیٹے میری بیکو ایڈی نے اپنی بائبل کھولی اور اس کے اپنے الفاظ میں سینٹ پیٹریک کے یہ الفاظ پڑھنے پر غبور ہو گئی۔ اور دیکھو وہ اس کے پاس ایک آدمی کو لائے۔ جو فلاح کا مریض تھا اور بستر پر لیٹا ہوا تھا اور یسوع مسیح نے اس فلاح کے مریض سے کہا، خاطر جمع رکھ، خدا تیرے گناہ معاف کر دے گا..... اپنی چار پائی سے اٹھو اور جا اپنے گھر کو، اور وہ اٹھا اور چلا گیا اپنے گھر کو۔

اس کے اپنے الفاظ میں مسیح کے ان الفاظ نے میرے اندر ایسی قوت، توانائی اور ایمان کال پیداکر دیا کہ میں فوراً بستر سے اٹھ کھڑی ہوئی اور چلتے پھرنے لگی۔

مسز ایڈی کہتی ہے: "یہ تجربہ ایک گزتا ہوا عجب تھا۔ اس نے مجھے اپنے آپ کو اور دوسروں کو تندرست کرنے کا طریقہ معلوم کرنے کا موقعہ دیا۔ مجھے سائنسی یقین ہو گیا کہ ہر علت کا مقام داغ ہے، اور ہر اثر ایک داغی مظہر ہے۔"

یہی طریقہ تھا جس کی مدد سے میری بیکو ایڈی نے ایک نئے مذہب - مسیحی منس - کی بنیاد رکھی اور وہ خود اس کی سب سے بڑی بیماری بن گئی۔ کسی عورت کا قائم کیا ہوا یہ احد مذہب ہے جو کہ آرمی کے چتے چتے پر پھیل چکا ہے۔

آپ شاید دل میں کہہ رہے ہونگے۔ یہ آدمی دلیل کا نہ رہی، مسیحی سائنس کی تبلیغ کر رہا ہے

نہیں آپ کا خیال غلط ہے میں سچی سانس کا پیر وہیں ہوں لیکن جوں جوں میری عمر بڑھتی جا رہی
 خیال کی عظیم طاقت پر میرا ایمان بچتے ہوئے جاتے گا باغ سر و غور آں کا مینیس سلطان
 پڑھانے کے بعد میں اس نتیجے پر پہنچا ہوں کہ لوگ اپنے خیالات میں تبدیلی پیدا کر کے خوش
 خوف اور اسی قسم کے دھم سے امرانی سے نجات پاسکتے ہیں اور اپنی زندگیوں کی کامیابی
 سکے ہیں۔ میں جانتا ہوں، میں جانتا ہوں!! میں نے ایسے ناقابل یقین فیصلے
 سینکڑوں بار پایہ تکمیل تک پہنچائے ہیں۔ میں ان کا اس قدر خوشگوار چلا ہوں کہ اب مجھے
 ان پر بالکل تعجب نہیں ہوتا۔

ایسا ہی ایک انقلاب میرے ایک شاگرد فرانک جے ویلی ۱۹۹۹ء ڈیٹا دھماکے
 سینٹ پال (جسے سوٹا) کی زندگی میں رونما ہو چکا ہے۔ وہ اعصابی کشکش کا شکار ہو گیا تھا
 وجہ پریشانی۔ فرانک ویلی نے مجھے بتایا۔ میں ہر چیز کے تسلی پریشان رہ کر رہتا تھا۔ میں پریشان
 تھا کیونکہ میں ڈرتا تھا، کیونکہ میرا خیال تھا کہ میرے سر کے بال بھر رہے ہیں۔ کیونکہ مجھے
 خوف رہتا تھا کہ میرے پاس کبھی اتنے پیسے جمع نہیں ہونگے جن سے میں شادی کر سکوں کیونکہ
 مجھے محسوس ہوتا تھا کہ میں کبھی اچھا لپ نہیں بن سکوں گا کیونکہ میں ڈرتا تھا کہ جس روٹی سے میں
 شادی کرنا چاہتا ہوں وہ مجھ سے بچھین جائیگی۔ مجھے محسوس ہوتا تھا کہ میں ابھی زندگی بسر نہیں کر
 رہا ہوں، میں دوسرے لوگوں پر جو ناشات پھونک رہا تھا، اس کے متعلق پریشان نہ رہا کرتا تھا۔ میں پریشان
 تھا کیونکہ میں خیال تھا کہ میرے سر سے میں ناسور ہیں۔ مجھے میں مرید کام کرنے کی سکت باقی نہیں رہی
 تھی چنانچہ میں نے اپنی ملازمت چھوڑ دی اور اپنے اندر ایک اعصابی کشکش اور کھنچاؤ پیدا
 کر لیا۔ یہاں تک کہ میری حالت ایک بائزر کی سی ہو گئی جس میں کوئی سیلفی ڈیو نہ رہا ہو۔ وہاں
 اس قدر ناقابل برداشت ہو گیا کہ اس کا کچھ نہ کچھ اثر ہونا ہی تھا اور آخر کار اگر آپ بھی اعصابی
 کشکش کے شکار نہیں ہوئے تو خدا سے دعا مانگیجئے کہ وہ آپ کو اس نعمت سے محفوظ رکھے
 رکھے کیونکہ روحانی قرب سے بڑھ کر جسم کا کوئی درد آتش بد نہیں ہو سکتا۔

میں اعدائی کشمکش سے اس قدر پوری پوری ماضی ہر یکا تھا کہ مجھ میں اپنے گھر والوں سے بھی بونے کی سکت نہیں رہی تھی مجھے اپنے خیالات پر کوئی قابو نہیں تھا۔ مجھ پر خوف غالب آچکا تھا۔ ذرا سی آواز پر پھل پڑتا ہر شخص سے پہلو ہچکاتا اور اس سے دور ہونے کی کوشش کرتا۔ میں کسی مقہول دجہ کے بغیر چلنے اور شور مچانے لگتا۔

تیسرا ہر دن انتہائی تکلیف اور کرب کے عالم میں گزرتا، مجھے یوں محسوس ہو رہا تھا کہ گویا شخص — یہاں تک کہ میرا خدا بھی — مجھے چھوڑ گیا ہے میرے دل میں دریا میں چھلانگ لگا کر سارا تفسیہ نبٹانے کی بھی خواہش پیدا ہوئی۔

لیکن اس کے بجائے میں نے غورید ا جانے کا ارادہ کر لیا۔ میرا خیال تھا کہ تبدیلی آج ہو اسے خدائے آرم آجائے گا۔ جب میں گاڑی کے اندر بیٹھ گیا، والوں نے مجھے ایک خط دیا، درتاکید کی کہ اسے غورید اپنے پیچھے سے پہلے مت کھولنا۔ میں سیر و سیاحت کے زمانے کے میں شباب میں غورید اپنی چوڑی کھچے کسی بوتلی میں بھی جگہ نہ مل سکی اس نے میں نے ایک گیران کو کرائے پر لے کر اسے ہی اپنی خواجگاہ بنایا۔ میں نے سیاحت کی بندرگاہ میں بار بار لڑائی کے جواز پر غارت حاصل کرنے کی کوشش کی، لیکن کامیابی نہ ہوئی۔ چنانچہ میں اپنا وقت ساحل پر گھومنے پھرنے میں گزارنے لگا، غورید اپنے پیچ کر میری حالت گھر سے بھی خراب ہو گئی۔ ایک دن میں نے یہ دیکھنے کے لئے کہ اباجی نے کیا کھا ہے لفظ چاک کیا، انہوں نے کھا تھا۔ میاں تم گھر سے پندرہ سو میل دور ہو اور کچھ بھی تمہاری قسم کا قی محسوس نہیں کرتے۔ یونہی ہو، میں چاہتا ہوں کہ تم نہیں کرو گے کیونکہ تم اپنے ساتھ ایک چیز لے گئے ہو جو ساری خرابی کی جڑ ہے، اور وہ تم خود ہو۔ تمہارے جسم یا بدن میں کسی قسم کا نقص نہیں ہے، جس حالات تمہیں سبقت پڑا ہے انہوں نے تمہیں شکست نہیں دی بلکہ تم اپنے خیالات بات کھائی ہے جو تمہارے ان حالات کے متعلق تھے۔ انسان انسان کی حیثیت سے جو کچھ اپنے دل میں سوچتا ہے یہی چھوڑتا ہے اس لئے مینا، جب تمہیں اس احساس ہو جائے تو یہ مجھے گھر چلے آؤ، تم بالکل محتاج ہو جاؤ گے

ابا جی کا خط پڑھ کر مجھے سخت غصہ آیا میں بدردی و دھندلہ ہوا تھا، پسند نصیحت نہیں پاس تھا، میں اس قدر سناٹا ہوا چکا تھا کہ میں نے وہی بدردی وقت لیں لی تھان لی کہ کچھ بھی گھر نہیں جاؤں گا، اس رات میں گھومتے گھومتے میاں کے ایک بازار میں مل گیا پھر تے پھرتے میں ایک گرجے کے قریب پہنچا، جہاں عبادت ہو رہی تھی۔ چونکہ مجھے کوئی جلدی نہ تھی، اس لئے میں اندر چلا گیا اور پادری کا خطبہ سننے لگا۔ جو کوئی مغلوب کرتا ہے اپنی روح کو، اس سے طاقتور ہے کہیں زیادہ جو کرتا ہے، نیک کسی شہر کو؛ خدا کے مقدس گھر میں بیٹھ کر بھی میں نے یہ خیالات و افکار سے جو اباجی نے اپنے خط میں تحریر کئے تھے۔ اس سے میرے ذہن کا سرا گردہ غبار وصل کیا، میں اپنی زندگی میں پہلی بار سمجھاری اور درستگی سے کچھ سوچنے سمجھنے کے قابل ہوا، مجھے عموماً یہ کہیں بھی کتنا احمق ہوں، اپنے آپ کو مع آئینے میں دیکھ کر مجھے بڑا صوفیہ پہنچا۔ ایک وقت تھا کہ میرے دل کے اندر ساری دنیا اور اس کی ہر چیز کو بدلنے کی خواہش پیدا ہوئی تھی حالانکہ واحد چیز جسے بدلنے کی ضرورت تھی، وہ کہہ کرے کے فیوض کا تو کس تھا اور جو میرا نہاں خانہ دماغ تھا۔

اگلے روز میں نے اپنا اسباب باندھا اور گھر کی طرف چل پڑا ایک ہفتے کے بعد میں نے اپنی خدمت پھر شروع کر دی۔ چار مہینوں کے بعد میری اس لڑکی کے ساتھ شادی ہو گئی جس کے حسن کے تعلق میں دڑتا تھا کہ وہ مجھ سے کہیں جائے گی۔ وہ ہمارا خاندان بالکل خوش ہے۔ ہمارے پانچ بچے ہیں اللہ تعالیٰ مادی اور ذہنی دونوں اعتبار سے مجھ پر بہت مہربان ہے جیسا انصاف کی خشک کش کا شکار ہوا تھا اس وقت ایک چھوٹے سے محلے کا ٹاٹ فور میں تھا جہاں میرا منت مرنہ ٹھہرا آدھی تھیں اب میں چاند بنانے والی فیکٹری میں سپرنٹنڈنٹ ہوں اور سائے سے چھادہ کہ میوں کا انچارج ہوں۔ زندگی بڑی حسین، خوشگوار اور مشکل ہے مجھے یقین ہے کہ اب میں زندگی کی صحیح قدر میں کی قدر کرنا ہوں جب بے معنی اور بے اطمینانی کے غمات و مصائب وہ ہر شخص کی زندگی میں آتے ہیں، ریٹکے کی کوشش کرتے ہیں۔ میں اپنے آپ سے کہتا ہوں کہ میرے

کا دُکس بدل ڈالو۔ ہر چیز درست ہو جائے گی۔

”ہنایت دیانتداری کے کہتے ہوں کہ اس اعضاء کی کشمکش کا شکار ہونے پر مجھے بڑی غوشی ہے۔ کیونکہ اس نعمت آفاقی سے گزرنے کے بعد مجھے معلوم ہو گیا ہے کہ ہمارے خیالات کا ہمارے جسم اور ہمارے ذہن پر کس قدر اثر پڑتا ہے۔ اب میں اپنے خیالات کو اپنے سے معتر بنانے کے بجائے مفید اور کارآمد بناسکتا ہوں۔ اب مجھے یقین ہو گیا ہے کہ جب والد صاحب نے کہا تھا کہ میرے مصائب کے ذمہ دار خارجی حالات نہیں ہیں بلکہ ان حالات کے متعلق میرے خیالات ہیں تو بالکل ٹھیک کہتے تھے۔ جو پہنچے اس کا احساس ہوا اس مصیبت ہو گیا۔ اور پھر مصیبت ہی سہا یہ عقائد ایک جے وصلی کا تجربہ۔

میرا تجربہ یقین ہے کہ ہمارا ذہن سکون اور آرام جو کہ میں زندگی سے ملتا ہے اس بات پر موقوف نہیں کہم کہیں ہی یا کون ہی بلکہ ان کا انحصار ہر سہارے ذہنی رویے پر جتنی جوتا ہے جو ہم اس کے متعلق اختیار کرتے ہیں۔ خارجی حالات و واقعات کو اس سے بہت کم متعلق ہوتا ہے اس کی مضامنت کے لئے ہم جان براؤن کی مثال دیتے ہیں اسے باربرڈیری کی امریکا بارود خانہ پر قبضہ کرنے اور بمبئیوں کو بغاوت پڑا کھانے کے جزم میں پھانسی کی سزا دی گئی تھی وہ اپنے شخص پر مجھے کہ پھانسی کے تختے کی طرف گیا تھا، اس کے ساتھ جو داروغہ جیل سوار

تھا، وہ اعضاء اور پریشان تھا۔ لیکن وہ پڑھا جان براؤن سلطان احمد پر سکون تھا۔ دینا کے سرسبز و شاداب پہاڑوں کو دیکھ کر وہ ہلا ہٹا۔ تمنا حسین ملک سے، ذاتی مجھے اسے دیکھنے کا کبھی پہلے موقع نہیں مل سکا۔

یاد پھر رابرٹ نیکی رکٹ اور اس کے ساتھیوں کی مثال مجھے — یہ لوگ پہلے انگریز تھے جو قطب شمالی پہنچے تھے ان کا دلچسپ سفر اتنا کٹھن اور مشاق تھا جوں نے شاید ہی کبھی اختیار کیا ہو گا۔ ان کے پاس کھانے پینے کی چیز ختم ہو چکی تھی اور مینڈن کا بھی قریب قریب یہ حال تھا۔ گیارہ شب و روز سے ٹورانٹ برف و باد زین کی چھاتی پر چبھ رہا۔

اور اس نے ان کی آگے بڑھنے کی سکت سلب کر لی تھی۔ اسی تہذیب پر مہل رہی تھی کہ قبلیہ رب کی سطح میں کٹ کٹ کر مدڑیں پڑتی جا رہی تھیں۔ سکاٹ اور اس کے ساتھ جانتے تھے کہ وہ موت کی وادی کی طرف تدم بڑھا رہے ہیں اور ایسی ہی کسی جاتے ناگہانی کا مقابلہ کرنے کے لئے وہ اپنے ہمراہ تھوڑی تھی اینوں لئے آئے تھے۔ اینوں کی طرف ایک چٹکی کھلنے سے وہ نہایت اطمینان سے وہاں خوابوں کی دنیا میں پناہ لے سکتے تھے۔ لیکن اینوں نے دارو کو نظر انداز کر دیا۔ اور ہنسی خوشی، مسرت کے جیت گاتے اور تانیہ الایچے "موت کا آغوش میں اپنے سر رکھ دیئے ہم جانتے ہیں کہ اینوں نے کیا کیا ہو گا کیونکہ مرنے سے پہلے اینوں نے ایک اودھنی خطا سمجھا تھا، جو اٹھ بیٹے کے بعد غافل کرنے والوں کی ایک پارٹی کو ان کے بعد اجسام کے ساتھ ملا تھا۔

ہاں، اگر سکون، سعادت اور علو مہمت کے تخلیقی خیالات کو اپنایں تو ہم تختہ دار کی طرف جانے ہوئے، اپنے کفن پر میٹھ کر قدرتی مناظر سے لطف اندوز ہو سکتے ہیں اور بھوک اور بربادی میں مرتے ہوئے بھی اپنے سینوں کو خوشی اور مسرت کے نغموں سے بھر پور کر سکتے ہیں۔ تین سو سال پہلے جب انگریزی کا غیر فانی شاعر ملٹن اندھا ہوا تھا۔ تو اس نے بھی یہی حقیقت معلوم کر لی تھی :

"ذہن خود ہی اپنا مقام ہے اور خود ہی

بنا سکتا ہے جنت سے جہنم اور جہنم سے جنت"

پینلین اور ہیل کیل ملٹن کے اس شعر کی مکمل تفسیر یہ ہیں۔ پنلین کی ہر چیز غفلت طاقت، دولت، حاصل تھی، جی کی انسان عموماً خواہش کیا کرتا ہے۔ پھر بھی اس نے جو بہ سینٹ ہیلمین کہا تھا "میری زندگی میں مسرت کے سلسلہ میں دن بھی نہیں آئے۔ لیکن اندھی گوگی اور میری جیلن کیل کر رہی تھی۔ میں نے زندگی کو بہت جین پایا ہے۔" جی لے اپنی پچاس سالہ زندگی کے دوران میں صرف ایک سبق سیکھا ہے۔ "تمہارے اپنے

سرا نہیں کوئی بھی خوشی نہیں پہنچا سکتا :-

جس صرٹ ای بات کو دہرانے کی کوشش کر رہا ہوں جسے امیر سن نے اپنے مضمون "خود اعتمادی میں ہنایت" کے تحت الفاظ میں بیان کیا ہے یہ کوئی سیاسی کامیابی اور کامیابیوں کے کرائے میں اضافہ، تمہاری صحت یابی، تمہارے غیر حاضر دوست کی واپسی یا کوئی ایسا ہی دوسرا خارجی واقعہ تمہارے غمِ اتم بلند کر دیتا ہے اور تم سمجھتے ہو کہ تمہارے اچھے دن آ رہے ہیں۔ ایسا منت خیال کرو، کبھی نہیں ہو سکتا، تمہارے لیے سوا کوئی بھی نہیں سکون و مسرت نہیں بخش سکتا۔
عظیم روانی نفسی ایکٹس مبتدئ کہہ سکتے ہیں کہ ہمیں اپنے جسم سے دم، پھوٹے اور سو بیاں دے کرنے کی نسبت اپنے ذہن سے غلط خیالات خارج کرنے کی زیادہ فکر و کوشش کرنی چاہیے۔
ایکٹس نے یہ الفاظ انیس صدیوں قبل کہے تھے لیکن مبدی طب اب بھی اس کی تائید کرے گا۔ ڈاکٹر لیکن ہائی نے اعلان کیا تھا کہ "جان ہا جنرل ہسپتال میں داخل ہونے والے پانچ بیچارے مریضوں کے اسرار میں کچھ وجہ حالات ہیں جن کے ذریعہ داری جزوی طور پر جوڑا جاتا ہے کشش اور اعصابی تناؤں" اکثر نامیاتی خوارق پر یہ بات صادق آتی ہے انہوں نے کہا کہ آفرکاران کا سراغ زندگی اور اُن کے مسائل کے ساتھ عدم آہنگی اور غیر مطابقت میں ملتا ہے۔
عظیم فرانسیسی فلسفی مائتین نے یہ جوہر الفاظ اپنی زندگی کا ٹوٹا قرار دیے تھے۔ انسان اگر کسی علوفہ سے اس قدر فر نہیں پہنچتا جس قدر اس رائے سے جو وہ اس حادثے کے متعلق قائم کرتا ہے، اور حادثے کے متعلق اپنی رائے خود قائم کرتے ہیں :-

میرا مطلب کیا ہے؟ کیا یہ اتنا ہی ڈھیسٹ ہوں کہ جب آپ ہجوم مصائب میں گھرے ہوئے ہوں اور اعصاب ناراضی کی طرح جھنجھنا رہے ہوں اور ان میں ایک پسینہ میں مچا ہوا تڑپ کو نصیحت کرنے لگوں کہ آپ ایسے حالات میں اپنی قوتِ ارادہ سے اپنا ذہنی رویہ تبدیل کر سکتے ہیں۔ ہاں میرا مطلب بالکل یہی ہے؛ بات یہیں پر ختم نہیں ہو جاتی۔ میں آپ کو دکھانا چاہتا ہوں کہ یہ کیسے ہو سکتا ہے۔ ممکن ہے آپ کو کچھ جدوجہد کرنی پڑے لیکن ہاں

فلکل آسان اور سہل ہے

ولیم جیمز نے جس کا آج تک علیٰ نفسیات میں کوئی تریف پیدا نہیں ہو سکا ایک دفعہ کہا تھا "ہمنا نفل احساس کا تجربہ نظر آتا ہے لیکن وہ دونوں آپس میں ٹھکے لے ہوئے ہیں اور نفل کو جو کہ ملا وسط قوت ارادی کے اختیاریں ہے باضابطہ بن کر ہم بالواسطہ احساس کی جڑوں کے اختیار میں نہیں ہے، منضبط کر سکتے ہیں؟"

وہ سرے الفاظ میں ولیم جیمز نہیں بتا رہے کہ محض ارادہ کر کے ہم فی الفور جذبات کو نہیں بدل سکتے، بلکہ اس سے ہم اپنے انفعال میں تغیر پیدا کر سکتے ہیں اور جب ہمارے وہ انفعال بدل جائیں گے ہمارے احساسات میں خود بخود تبدیلی پیدا ہو جائے گی۔

چنانچہ وہ اس کی وضاحت کرتے ہوئے لکھتا ہے: "اگر آپ بشارت سے محروم ہو چکے ہیں تو اسے دوبارہ پانے کا شہی راستہ یہ ہے کہ آپ بشارت کو کرکٹ بیٹھ جائیں اور اس طرح بولیں امد کام کریں گے بشارت پہلے ہی سے موجود ہے۔"

کیا یہ سادہ ترکیب کا آئندہ ہے؟ وہ یہ بے شک سر جوی کی طرح کام کرتی ہے، خود آندہ کر دیکھیے! اپنے چہرے پر ایک بڑی وسیع اور دیانتدارانہ مسکراہٹ پیدا کیجئے، اپنے کھنکھے پیچھے کی طرف سیکڑیئے۔ خوب لبہا اور گہرا سانس کالئے۔ اور کسی گیت کا کوئی "مکرر" گائیئے، اگر آپ کا نہیں سکتے۔ تو سٹیج بجائیئے۔ اگر آپ سٹیج بھی نہیں جاسکتے تو گنگنائیئے۔ آپ کو فوراً معلوم ہو جائے گا کہ ولیم جیمز کیا کہہ رہا ہے۔ اور جب آپ خوش ہونے اور چہرے کو سرخ و سپید کرنے والی حرکتیں کر رہے ہوں تو جسمانی طور پر افسردہ و غموم رہنا ناممکن ہو جاتا ہے۔

یہ نظریہ کی ایک چھوٹی سی بنیادی حقیقت یہ ہے جو ہماری زندگی کے تمام شعبوں میں انقلاب برپا کر سکتی ہے۔ میں اس کیلیفرنیا کی ایک غورث کو جانتا ہوں۔۔۔ یہاں میں اس کا نام ہمیں بتاؤں گا۔ اگر وہ اس سراز سے واقف ہوتی تو وہ اپنی ساری پریشانیوں اور شکایاتوں کو پوسٹیں گھنٹوں کے اندر اندر مدد کر سکتی تھی۔ وہ بیوہ ہے، وہ بوڑھی ہے۔ میں جانتا ہوں

پھر کچھ عرصے کے بعد اسے دوسرے روگ لگ گئے۔ اسی کے خون کا وہ بڑھ گیا۔ وہ ایک ڈاکٹر کے پاس گیا۔ اُس نے اسے بتایا کہ اس کے خون کا وہ ۲۱ درجے تک پہنچ چکا ہے اور اس سے کہا کہ یہ حالت بڑی خطرناک ہے۔ یعنی حالات ترقی کر رہے ہیں۔ پھر اسے کدہ اپنے دینی معاملات نورانی سکھائے۔

وہ کہتا ہے کہ میں گھر گیا اور ابھی طرح سے تحقیق کر لی کہ میرا بیمہ ادا کیا جا چکا ہے۔ پھر اس نے ٹرانسپورٹ کر دت العزت کی درگاہ میں مغیر تقبیر سیاحی اور پشمرہ خیالات میں کھو گیا۔

میری وجہ سے شخص اسرہ ہو گیا تھا۔ میری بیوی اور دوسرے گھروالوں کی حالت بہت پتلی تھی اور خود مجھ پر بالیسی چھائی ہوئی تھی، ایک سیٹے تک اپنے اوپر ترس کھانے کے بعد میں نے اپنے آپ سے کہا: تم بھی ترسے کا ٹھکے اُٹو ہو، لیکن ہے کہ تم ابھی ایک سال تک نہرو، پھر جب تک اس دنیا میں ہو، کیوں خوش رہنے کی کوشش نہیں کرتے؟

میں نے اپنے کندھے سے کٹیڑے میں نے اپنے چہرے پر سکر اہٹ پیدا کر لی اور اس طرح کام کرنے کی کوشش کرنے لگا تو یاہر جینز سمول کے مطابق ہے، میں جانتا ہوں کہ شروع شروع میں یہ کوشش زبردستی کی تھی۔ لیکن میں اپنے آپ کو خوش و غم اور ہشاش بشاش ہونے کیلئے مجبور کرتا رہا۔ اسی سے نہ صرف میرے گھروالوں کو بلکہ مجھے بھی بڑی مدد ملی۔

پہلی چیز میں نے یہ محسوس کی کہ میں جس قدر اپنے آپ کو بہتر ثابت کرنے کی کوشش کرتا ہوں اتنا ہی تندرست محسوس کرتا ہوں، اصلاح برق مری، ۱۱۔ آج کل سال بعد جب کہ مجھے قبر میں آرام کرنا چاہیے تھا۔ نہ صرف زندہ سلامت، تندرست اور خوش ہوں بلکہ میرے خون کا باؤ بھی بہت کم ہو گیا ہے! میں ایک بات دقت سے کہہ سکتا ہوں کہ اگر میں شکست خوردہ اور صدمہ خیالات کا اُدیش میں منگا رہتا تو ڈاکٹر کی پیشین گوئی یقیناً درست ثابت ہوئی، لیکن میں نے قدرتی راستہ اختیار کیا اور کسی دوسری چیز کی مدد کے بغیر صرف ذہنی رویے کی تبدیلی سے اپنے آپ کو تندرست ہونے کا موقع دیا؟

میں آپ سے ایک سوال پوچھنا چاہتا ہوں۔ اگر بعض خوشی اور مسرت کے جذبے سے کام کرنے اور مسرت اور طاق کے مثبت خیالات سرچنے سے اس شخص کی زندگی بچ سکتی ہے تو پھر مراد آپ اپنی اپنی چھوٹی چھوٹی اداسیاں اور ماضی کی یادیں برداشت کریں؟ ہم کیوں اپنے آپ کو اور اپنے گروہ پیش کے لوگوں کو رنجیدہ اور غمگین بنائیں جب کہ بعض ہنسے خوشی کا کام کرنے سے ہم مسرتی تخلیق کر سکتے ہیں؟

کچھ سال گزرے ہیں نے ایک کتاب پڑھی جس نے میری زندگی پر نہایت گہرا اور پابدار اثر چھوڑا۔ اس کتاب کا نام انسان کیسے سوچتا ہے: مصنف جیمز میس ایمن ہے۔ ناؤ لرائیڈ کینی لمیٹڈ نے اسے شائع کیا ہے۔ اس کا خلاصہ مندرجہ ذیل ہے۔

”جب کوئی شخص دوسرے لوگوں اور چیزوں کے متعلق اپنے خیالات بدلتا ہے تو وہ دیکھے گا کہ دوسرے لوگوں اور چیزوں کے رویے میں خود بخود تبدیلی پیدا ہو گئی ہے۔۔۔۔۔ اگر کوئی انقلابی طور پر اپنے خیالات کو تبدیل کرے تو وہ اس تیز رفتار تغیر کو دیکھ کر حیران رہ جائے گا جو اس کے مادی حالات پر اثر انداز ہو گا۔ انسان میں ان چیزوں کو اپنی کھینچنے کی قدرت نہیں ہے جنہیں وہ چاہتا ہے بلکہ انہیں جو کہ وہ خود ہے۔۔۔۔۔ وہ دیکھتا جو ہماری خواہش اور آرزوؤں کی تکمیل کا روپ دیتے ہیں، خود ہم ہی ہیں انسان جو کچھ حاصل کرتا ہے وہ اس کے خیالات کا براہ راست نتیجہ ہوتا ہے۔ ایک انسان بعض اپنے خیالات کو بلند کر کے اُبھار کر آگے بڑھ سکتا ہے، ترقی کی منزلیں طے کر سکتا ہے اور کامیابی کی کشتی میں سوار ہو کر سکتا ہے اگر وہ اپنے خیالات کو اُبھارنے سے انکار کرے گا تو وہ صرف حقیر، کمزور، مدافعی اور شکستہ حال رہے گا۔“

”کتاب پیدائش کے مطابق خالق کائنات نے انسان کو تمام روئے زمین کا حاکم بنایا ہے اور ایک بہت بڑا تحفہ ہے لیکن مجھے ایسے بلاشبہ کی اختیارات سے کوئی دلچسپی نہیں ہے۔ میں صرف اپنی ذات پر حکومت کرنا چاہتا ہوں“ اپنے خیالات، اپنے جذبات، اپنے دور،

اپنے مانع اور اپنی روح کا حکومت چاہتا ہوں۔ اور عجیب و غریب بات یہ ہے کہ میں جانتا ہوں کہ میں جس وقت اور جب چاہوں اپنے افعال کو قابو میں لاؤں گا۔ جو اس کے عوض میرے جوانی اعمال کو کنٹرول کرتے ہیں، اس حکومت کو حاصل کر سکتا ہوں۔

چنانچہ میں ولیم جیمز کے یہ الفاظ یاد رکھنے چاہتا ہوں: جسے ہم بدی یا برائی کہتے ہیں وہ صرف ایک داخلی رجحان ہے اور خوف کی پیداوار ہے لیکن اس خوف کے جذبے کی مدافعت میں تبدیل کر کے ایک صحیح خوشگوار اور قوت بخشہ نیکی میں منقلب کیا جاسکتا ہے۔

آئیے ہم خوشی کو پانے کے لئے اندرونی مدافعت کے لئے تیار ہو جائیں۔ آئیے خوش باش اور تعمیری سوچ بچار کے روزمرہ کے پروگرام پر عمل کر کے اپنی سڑک کے لئے جدوجہد کریں ایسی صفیہ پر ایسا ہی پروگرام وضع ہے، اس کا عنوان ہے "صرف آج کے لئے" جسے یہ پروگرام بہت کارآمد و مفید عام بنا رہا ہے اور میں نے اس کی سینکڑوں کاپیاں تقسیم کی ہیں۔ اس پروگرام کو آج سے چھتیس سال پہلے آئنسٹائن نے سائنس۔ ایف۔ پرنس نے مکھلفا، اگر آپ اس پر عمل کریں تو اپنی بہت سی پریشانیاں دور کر سکیں گے۔

صرف آج کے لئے

۱۔ صرف آج کے لئے میں خوش رہوں گا، اس کا مطلب یہ ہوا کہ جو کچھ ایرام منگنے کہا تھا وہ درست ہے۔ اکثر لوگ اس قدر خوش ہوتے ہیں کہ وہ کہتے ہیں "تو بخدا ایک دہائی چیز ہے" اسنے خارج سے کوئی تعلق نہیں۔

۲۔ صرف آج کے لئے میں اپنے آپ کو حالات و واقعات کے مطابق بنانے کی کوشش کروں گا وہ ہر چیز کو اپنی خواہشات کے مطابق ڈھالنے کی کوشش نہیں کروں گا۔ میں اپنے خاندان، اپنے کام اور اپنی قسمت کو جیسے بھی وہ ہوں گے، قبول کروں گا اور ان کے ساتھ

پوری طرح نباہ کر دیں گے۔

۲۔ صرف آج کے لئے میں اپنے جسم کی حفاظت کروں گا۔ میں اس کا خیال رکھوں گا۔ نہش کروں گا۔ اور اس کی پرورش کروں گا اور اس سے غماض نہیں برتوں گا۔ تاکہ یہ میرے حکم کی ایک عملی نشین بن جائے۔

۳۔ صرف آج کے لئے میں اپنے واضح کوشش کر دینے کی کوشش کروں گا۔ میں کوئی کارآمد چیز لیکھوں گا، میں ذہنی لنگا اور سیلابی نہیں بنوں گا، میں کوئی ایسی چیز بڑھوں گا جو کوشش دھیان اور توجہ بیاہتی ہو۔

۴۔ صرف آج کے لئے اپنی روح کی تین طرح درزش کروں گا۔ کئی شخص سے نیک سلوک کروں گا اور اسے معلوم نہیں ہونے دوں گا۔ اور جب کہ دیم چیز کہتا ہے، میں آج محض درزش کی خاطر وہ ایسے کام کروں گا جو میں نہیں کرنا چاہتا۔

۵۔ صرف آج کے لئے میں خوش مزاج رہوں گی۔ میں قدر ممکن ہوا۔ اچھا بنوں گا، موزوں بناؤں گا، پسندوں گا۔ آہستہ بولوں گا۔ شائستگی سے کام کروں گا۔ ہرگز نقطہ پہنچاؤں نہیں کروں گا۔ کسی کی غلطی نہیں نکالوں گا اور نہ ہی کسی کو سدھا۔ نے کہ کوشش کروں گا۔

۶۔ صرف آج کے لئے، میں آج کا دن اچھی طرح گزارنے کی کوشش کروں گا۔ میں آج ہی اپنی ساری زندگی کے مسائل حل کرنے کی کوشش نہیں کروں گا۔ میں بارہ گھنٹے بعد نماز کا کام کر سکتا ہوں اور اگر مجھے ساری عمر بھی اسی طرح کام کرنا پڑے، پھر بھی میں نہیں ڈروں گا۔

۷۔ صرف آج کے لئے پروگرام نباہوں گا۔ جو کچھ مجھے کرنا ہے اسے لکھ لوں گا۔ ممکن ہے کہ میں اس پر حرف بھرتا ہوں۔ لیکن تباہوں گا ضروری دو بیاریوں کو نکال کر رہوں گا۔

— عملت اور تہذیب۔

۸۔ صرف آج کے لئے میں آدھ گھنٹہ بالکل سکون اور خاموشی سے گزاروں گا اور اس میں آرام کروں گا۔ اس آدھ گھنٹے کے دوران میں میں خدا کے متعلق سوچوں گا تاکہ میری زندگی کے تاثر

میں ذرا وسعت پیدا ہو سکے۔

۱۰۔ عزت آج کے لٹیں میں بالکل نذر رہیوں گا اور خاص طور پر خوش رہنے، مٹنے سے گھٹنے اندر رہنے، محبت کرنے اور یہ یقینی کرنے میں کہ جن سے میں محبت کرتا ہوں وہ مجھ سے محبت کرتے ہیں۔ بالکل نہیں جھجکوں گا۔

اگر ہم ایسا داغی رویہ اختیار کرنا چاہتے ہیں جو ہمارے لئے امن اور مسرت لائے تو اصول نمبر ایہ ہے۔

خوشی خوشی کام کیجئے اور سوچیے اور سچاپ اپنے کو خوش محسوس کریں گے۔

باب ۱۳ - نفرت اور انتقام

تھی سال پہلے میں ایک رات بیلوٹن پارک میں گھوم رہا تھا۔ کچھ دیر بعد میں دوسرے میاؤں کے ساتھ بوط کے گھنے جھنڈ کے سامنے سائبان کے نیچے ایک بیچ پر بیٹھ گیا، ہم یہاں ایک ورنہ سے کوجینے کے لئے انتظار کر رہے تھے، اتنے میں وہ جانور گزری ترچہ چکا چونڈ روٹھیل میں ڈنک بھڑاٹھا اور ادھر ہی کھانے لگا۔ جوارک کے کسی ہونٹ کے باورچی خانے سے لاکر وہاں رکھ دی گئی تھی جھنگ کا گوان میجر مارٹنڈیل گھوڑے پر سوار تھا اور جو نیلے میاؤں کے ساتھ ریوڑوں کے متعلق باتیں کر رہا تھا اس نے میں بتایا کہ گزری ترچہ، جھنگی بھینے اور کاڈیاک کچھ کے علاوہ ذلی مرتبہ کے تقریباً تمام جانوروں پر غالب آسکتا ہے، میں نے دیکھا کہ اس رات کو روٹھیل میں صرف ایکہ جانور گزری ترچہ کے ہمراہ جھنگ سے نکل کر اس کے ساتھ کھانے میں مصروف تھا اور وہ اسٹنک رینیوے کی ایک قسم تھا۔ گزری جاننا تھا کہ وہ لمبے ایک تھپڑ سے ہلاک کر سکتا ہے لیکن وہ خاموش تھا کیونکہ تجربے کی بنا پر اسے معلوم تھا کہ اسٹنک کو ہلاک کرنے سے کچھ حاصل نہیں ہوگا۔

میرا بھی یہ تجربہ ہے، بچپن میں جب میں سواری کے ایک فارم پر ہارکرتا تھا میں بارٹھوں کے ساتھ ساتھ چا پیروں والے اسکنک پکڑا کرتا تھا۔ اور جوان ہو کر میں نے نیویارک کے راستوں میں دو ٹانگوں والے اسکنک دیکھے ہیں، مجھے انہیں اسکنک تجربے کے بعد معلوم ہوا کہ انہیں اسکنک اسکنکوں کو چھڑنے سے کچھ سال نہیں ہوتا۔

جب ہم اپنے دشمنوں سے نفرت کرتے ہیں تو ہم انہیں اپنے اوپر غالب آنے کا موقع دیتے ہیں انہیں بھری غنیمت، ہماری اشتہار، ہمارے خون کے دباؤ، ہماری محنت اور ہماری خوشی پر تسلط ہونے کا وسیع مل جاتا ہے، اگر ہمارے دشمنوں کو خوف اتنا معلوم ہو جائے کہ ہم ان کی وجہ سے کس قدر پریشان ہو رہے ہیں اور وہ ہمارے احساسات کو کس قدر مجروح کر رہے ہیں اور ہماری برہم کاری کا سبب بن رہے ہیں تو وہ خوشی سے ناچنے لگیں، ہماری نفرت سے انہیں کوئی نقصان نہیں پہنچ سکتا۔ البتہ ہمارا تفرقہ ہمارے شب و روز کو جہنم میں منتقل کر دیتا ہے

آپ کو محاذ ہے کہ یکس کا قول ہے۔ اگر خود غریب آپ سے ناجائز فائدہ اٹھانا چاہیں تو ان سے قطع تعلق کرو لیکن بدلہ لینے کی کوشش نہ کرو۔ جب تم بدلہ لینے کے درپے ہوتے ہو تو کسی دوسرے کے بجائے خود اپنے آپ کو زیادہ نقصان پہنچاتے ہو۔۔۔۔۔ ایسا ملزم ہوتا ہے کہ یہ الفاظ کسی روشن خیال عینیت پسند نے کہے ہوں گے لیکن اب اب ہیں ہے یہ الفاظ ایک مبطلین سے ملے گئے ہیں جو ان کی کی پولیس نے شائع کیا تھا۔

بدلہ لینے کی کوشش سے آپ کو کس طرح نقصان پہنچ سکتا ہے؟ کئی اعتبار سے۔
 برہنہ لائف نے لکھا تھا کہ اس سے آپ کی محنت بھی تباہ ہو سکتی ہے۔ خون کے دباؤ کے اثر
 عموماً نفرت کی وجہ سے اس مرض میں مبتلا ہوتے ہیں اور نفرت کہنے ہو جائے تو قلب کی شکایتیں پیدا ہو جاتی ہیں۔

کیا آپ جانتے ہیں کہ جب شروع میں نے کہا تھا کہ اپنے دشمنوں سے پیار نہ کرو۔ وہ صرف الٹی اخلاقیات کا درس نہیں دے رہے تھے بلکہ انہوں نے مسیوین صلیب کے قلب کی بھی ترشہ فرما دی تھی۔

جب انہوں نے کہا کہ ستر سے رات سو دفعہ دو گز دے کام لؤ تو وہ مجھے اور آپ کو بتا رہے تھے کہ خون کے دباؤ، امراضِ قلب، معدے کے زخم اور سحر و دوری بیماریوں سے کیسے پہلو بچایا جاسکتا ہے۔

حال ہی میں میرے ایک دوست پر — قلب کا خطرناک حملہ ہوا۔ اس کے ڈاکٹر نے اسے بستر پر لٹا کر حکم دیا کہ وہ ہر چیز کے متعلق ناراض ہونے سے انکار کر دے اور نتیجے کی کوئی پروا نہ کرے۔ ڈاکٹر جانتے ہیں کہ اگر آپ کا دل کمزور ہے تو غصے کا ایک ہی دورہ آپ کو اگلی دنیا کی سیر کر سکتا ہے، یہی نے کہا تھا؟ اگلی دنیا کی سیر کر سکتا ہے؟ غصے کے دورے نے فی الواقع ایک ہوش کے بالک کو اگلے جہان کی سیر کرا دکھا تھا۔

سپوکن ڈسٹنگش (کے سینٹرل پولیس جیری سو ریٹوٹ کا ایک خط میرے سامنے پڑا ہے، وہ لکھتا ہے چند سال ہوئے یہاں سپوکن میں ایک ریٹورنٹ کے مالک، اریٹو سارو نیم ٹال کیمر نے غصے کے عالم میں اپنے آپ کو ہلاک کر ڈالا کیونکہ اس کے باورچی نے خود اس کی پیالی میں کافی پینے پر امرار کیڈ ریٹورنٹ کا مالک اس قدر برہم ہوا کہ اس نے جھپٹ کر ایک ریو الو لٹھا لیا اور باورچی کے پیچھے پیچھے بھاگا لیکن اچانک دلی کی حرکت بند ہوجانے کی وجہ سے وہ فرش پر گر پڑا اور گرتے ہی دم توڑ دیا۔ وہ اس وقت بھی اپنے ہاتھ میں ریو الو پکڑے ہوئے تھا۔ ماہرین کی رپورٹ سے یہ ثابت ہو گیا کہ اس کی موت دل کی حرکت بند ہوجانے سے ہوئی تھی۔ اور حرکت بند ہونے کی واحد وجہ غصہ تھا؟

جب دیوٹھ نے کہا تھا کہ اپنے دشمنوں سے پیار کرو۔ وہ یہ بھی بتا رہے تھے کہ کم اپنی صورتوں کو کس طرح دکھش بنا سکتے ہیں۔ یہ ایسی عورتوں کو جانتا ہوں۔ اور ایسی طرح آپ بھی جانتے ہوں گے۔ جن کے چہروں پر نفرت کے وجہ سے جھڑپاں پڑ گئی ہیں اور وہ سخت ہو گئے ہیں۔ غصے نے ان کی صورتیں بگاڑ دی ہیں۔ دنیا میں کوئی علاج ان کے سن میں نصف بھی اضافہ نہیں کر سکتا جیسا کہ درگز روئے محبت سے بھرے ہوئے ادنیٰ سے بڑے

قلب سے نکلتے ہیں۔

نفرت کی وجہ سے اپنے کھانے سے بھی پوری طرح لطف اندوز نہیں ہو سکتے یا پہل میں

اسے ان الفاظ میں بیان کیا گیا ہے، جہاں محبت ہو وہاں ساگ پات بھی نعمت ہے لیکن جہاں
نفرت ہو وہاں کائے کاٹھنا ہو گوشت بھی بد مزہ ہوتا ہے۔

اگر ہمارے دشمنوں کو یہ معلوم ہو جائے کہ ان سے ہماری نفرت خود بھی چھوٹی رہی ہے، ہماری
توقی صلب کر رہی ہے، ہمیں اعصاب زدہ بنا رہی ہے، ہماری صورت بگاڑ رہی ہے، ہمیں اراج
قلب میں مبتلا کر رہی ہے اور شاید ہماری زندگی بھی گھٹا رہی ہے تو کیا وہ خوشی سے تامل
نہیں بنائے لگیں گے؟

اگر ہم اپنے دشمنوں کے ساتھ محبت نہیں کر سکتے، ہیں کم از کم خود اپنے ساتھ تو محبت کرنی
چاہیے، ہمیں اپنی ذات کے ساتھ اس قدر محبت ہونی چاہیے کہ ہمارے دشمنوں کو اپنی صحت،
اپنی خوشی اور اپنی صورت پر غالب آنے کا موقع ہی نہ مل سکے۔ جیسا کہ سکسپٹر نے کہا ہے:-
۱۰ اپنے دشمن کے لئے انگلیٹھی اتنی گرم نہ کرو۔

مبادا کہ یہ خود تمہیں ہی جلا ڈالے۔

جب مسیحؑ نے کہا تھا کہ اپنے دشمنوں کو سارے ساتھ سو ڈنہ معاف کر دو۔ تو وہ مضبوط

اور پابدار کاروبار کی بھی تلقین کر رہے تھے۔ مثلاً اس وقت میرے سامنے ایک خط پڑا ہے۔
مجھے جارج رونا، فریڈی گاڈ، الیسا ڈسویڈن نے لکھا ہے، کئی سالوں تک جارج رونا
وہی آٹنایس مجسٹریٹ کے عہدے پر مشغول رہا لیکن دوسری جنگ عظیم کے دوران میں وہ بھاگ کر
سوئیڈن چلا گیا، اس کے پاس ایک پالی بھی نہیں تھی اور ملازمت کی ذلت و ذرورت تھی چنانچہ
وہ کئی ایک زبانیں جانتا تھا، اسے امید تھی کہ اسے جلد ہی کام کرنے والی کسی فرم
میں نامہ نگار کی ضرورت پڑے گی۔ لیکن بسا آرزو کہ خاک شاہ۔ اکثر فرموں نے ہونچا
جنگ کی وجہ سے انھیں ایسی آسانی کی ضرورت نہیں ہے لیکن وہ اس کا نام فہرست میں درج نہیں

گی لیکن ایک شخص نے جارج رون کی درخواست کا جواب دیتے ہوئے لکھا: میرے کاروبار کے متعلق تمہارا خیال درست نہیں ہے تم غلطی پر بھی ہو اور بیوقوف بھی۔ مجھے کسی نامہ نگار کی ضرورت نہیں اور اگر ہوتی بھی ہے پھر بھی میں نہیں سرگز نہ رکھتا۔ کیونکہ تمہیں سوڈی زبان بھی اچھی طرح سمجھنی نہیں آتی۔ تمہارا خط غلطیوں سے بھرا ہوا ہے۔“

جب جارج رون نے یہ خط پڑھا تو وہ غصے سے پاگل ہو گیا۔ اس سوڈی شخص کا یہ لکھنے سے آخر مطلب کیا ہے۔ میں اچھی زبان نہیں لکھ سکتا لیکن خود اس نے جو خط لکھا ہے وہ غلطیوں سے کیوں پر ہے؟ چنانچہ جارج رون نے ایک خط لکھا جو اس شخص کو آگ بھول کر دے کیلئے کافی ہوتا ہے۔ پھر اس نے نام لکھا اور کچھ سوچ کر اپنے آپ لکھا۔ جارج ایک منٹ ٹھہر کر اہم کیے جانتے ہوئے کہ شخص ٹھیک نہیں کہتا، تم نے سوڈی زبان کا حرف مطالعہ کیا ہے یہ تمہاری ہی زبان نہیں ہے بلکہ ہے کتم نے غلطیاں کی ہوں۔ تم اس کے متعلق کچھ نہیں جانتے اور اگر جانتے ہو پھر بھی تمہیں اس کا خوب محنت سے مطالعہ کرنا چاہیگا۔ کیونکہ ملازمت کی تمہیں ضرورت ہے نہ کہ اسے اس شخص نے حتی الوسع تمہارے ساتھ ہمدردی کی ہے اگرچہ اس کا مطلب نہیں تھا۔ تاہم اس نے اس نے حقیقت کو لٹ پھیر کر جینا خوشگوار الفاظ میں بیان کیا ہے، لیکن اس نے تمہارا حرف اتر نہیں جانتا اس نے جو کچھ کیا ہے تمہیں خط لکھ کر اس کا شکریہ ادا کرنا چاہیے۔“

چنانچہ جارج رون نے پہلے جو غصے سے بھرا ہوا خط لکھا تھا، پھیر ڈالا اور اس کے بجائے ایک دوسرا خط لکھا۔ یہ آپ کی بڑی ہمدردی ہے کہ آپ نے میرے خط کا جواب دینے کی تکلیف گوارا کی خصوصاً اس وقت جب کہ آپ کو کسی نامہ نگار کی ضرورت بھی نہیں تھی مجھے انوس ہے کہ مجھے آپ کی فرمائش کے متعلق غلط فہمی ہوئی۔ میں نے آپ کو اس لئے لکھا تھا کیونکہ میں کچھ معلومات حاصل کرنا چاہتا تھا اور آپ کی لائن میں مجھے آپ کا نام رہنما کی حیثیت سے دیا گیا تھا۔ مجھے معلوم نہیں تھا کہ میں نے اپنے خط میں گریمر کی غلطیاں کی ہیں۔ میں متاسف ہوں اور اپنے آپ سے بے حد شرمندہ ہوں، میں اب غریب ہی لنگ کر سوڈی زبان کا مطالعہ کروں گا اور

اپنی غلطیوں درست کرنے کی کوشش کروں گا میں آپ کا شکریہ ادا کرنا چاہتا ہوں آپ نے مجھے صحیح راستے پر گامزن کر دیا۔

چونکہ وہ دن کے اندر اندر جارج روڈ کو اس شخص کا ایک اور خط ملا جس میں اس نے لکھا تھا کہ وہ اس سے آکر ملے۔ روڈا گیا۔ اور اسے ملازمت مل گئی۔ جارج روڈ کو معلوم ہو گیا تھا کہ نرم و شیریں جواب غصے اور نفرت کو دور کر دیتا ہے۔

میں نے کہہ دیا کہ اتنے خدا رسیدہ اور بزرگ نہ ہوں کہ اپنے دشمنوں سے پیار و اخلاص برت سکیں لیکن عجمی کم اپنی سمیت اور مسرت کی خاطر انہیں معاف کر دینا چاہیے۔ یہ ایک بہترین اصول ہے۔ کنفیو شس کے الفاظ میں ”ظلم و تعدی اور لوٹ مار کا شکار بننے سے کوئی خاص نقصان نہیں پہنچتا جبکہ تم اسے متواتر یاد نہ رکھو۔ میں نے ایک مذہبزل آئرن ہارڈ کے بیٹے جان سے پوچھا کہ آپ نے ابھی کبھی غصے کا اظہار کرتے ہیں؟ میں نے جواب دیا نہیں۔ ابھی ان لوگوں کے متعلق سوچنے میں ایک منٹ بھی ضائع نہیں کرتے جنہیں وہ ناپسند کرتے ہیں۔“

ایک پرانی کہادت ہے ”وہ شخص میرے توف ہے جو ناراضی ہونا چاہتا ہی نہیں لیکن وہ شخص عقلمند ہے جو ناراض نہیں ہوتا۔“

یو ایسک کے سابق میرو ولیم جے گے نور کی یہی پالیسی تھی اشتعالی اخبارات نے ان کی بکواسی اچھالی اور ایک دیوانے نے تو ان پر کوئی بھی چلا دی جب وہ ہسپتالی ہو کر بڑے پانی زندگی کے لئے جدوجہد کر رہے تھے۔ انہوں نے کہا ”میں ہر شام ہر شخص کو معاف کر دیتا ہوں کیا یہ ضرورت سے زیادہ غینیت ہے؟ ضرورت سے زیادہ شیرینی اور لطافت؟ اگر آپ کے خیال میں یہ ہے تو آئیے ہم مطالعہ تہذیبیت کے حنفی عظیم حسن فلسفی شریعت کی طرف رجوع کریں۔ وہ زندگی کو بیکار لایا تھا اور محیف وہ سمجھتا تھا۔ یہ وہ چلتا تھا تو اس کی رنگ لگ سکتی اور اُس کی ٹپکا کرتی تھی لیکن اپنی تنہا غیبت اور مایوسی کی گہریدہ سے شہید نہ ہوا کہ

بولا جی الامکان میں کسی شخص کے ساتھ بھی دشمنی اور عناد نہیں بڑھنا چاہیے۔

میں نے ایک دفعہ برادر بروج — وہ شخص جو پھر پرنیڈ ٹنٹوں، امن، ہارونک کوئی آئرن ہاور، روزن ویٹ اور ردی کا معتبر مشیر رہ چکا ہے — پوچھا: کیا آپ کبھی دشمنوں کے صفوں سے پریشان ہوئے ہیں؟ انھوں نے جواب دیا: مجھے کوئی شخص ذلیل یا مضطرب نہیں کر سکتا۔ میں کسی کو ایسا نہیں کرنے دوں گا۔

کوئی شخص مجھے اور آپ کو ذلیل اور مضطرب نہیں کر سکتا۔ تا وقتیکہ ہم خود

اسے ایسا کرنے کی اجازت نہ دیں۔

”لاٹھیاں اور پتھر بلاشبہ میری ہڈیاں توڑ سکتے ہیں لیکن الفاظ

میرا کچھ نہیں بگاڑ سکتے۔

تمام انسانوں میں بنی نوع انسان نے یسوع جیسی ہستیوں کی قدر کی ہے منہیں اپنے دشمنوں کے ساتھ کوئی عناد نہیں ہوتا ہے۔ نے اکثر کینڈائی جیسٹر نیل یارک میں کھڑے ہو کر مغربی دنیا کے ایک سین ترین پہاڑ کو ٹھکلی باندھ کر دکھا ہے! اس پہاڑ کا نام ایک برطانوی ریسائیڈنٹ کیول کے نام پر رکھا گیا ہے جس نے ۱۲ اکتوبر کو ایک جرم بمبار دستے کے سامنے ایک رشی کی طرح شہادت کا جام نوش کیا تھا۔ اس کی وجہ؟ اس کا جرم؟ اس نے اپنے مکان میں زخمی فرانسیسیوں اور انگریزوں کو پناہ دی تھی انہیں کھایا پلایا۔ ان کی تیمارداری کی یہاں تک کہ ان کو وہ پینچ کمر ہائیڈرے مل سکیں جب اکثر برک کی اس جمیع کو انگریز یادری برسز کے فوجی قید خانے میں اس کی کوٹھڑی کے اندر داخل ہوا تا کہ اسے موت کے لئے تیار کرے۔ ایڈتھ کیول نے صرف دو چیلے کیے جو کانسٹیبل اور سکیٹی محفوظ کر لئے گئے ہیں، یہ محسوس کرتی ہوں کہ صوبہ اب الوطنی میں کافی نہیں ہے مجھے کسی کے ساتھ بھی نفرت نہیں کرنی چاہئے۔ پینڈ سال بعد اس کی نفی کو اعلیٰ ہائیڈرے اور ویٹ مسٹر جرج میں اس کی مغفرت کی وہ میں مانتی گئیں۔ آج لندن میں قومی مصوری کی نمائندگی کے بالمقابل ایک صحت کا مجسمہ نصب ہے۔ انکسٹن کی ایک

غیر فانی ہستی کا مجسمہ تھی محسوس کرتی ہوں کہ صرف حب الوطنی کافی نہیں ہے مجھے کسی کے ساتھ بھی نفرت نہیں کرنی چاہیئے :

اپنے دشمنوں کو معاف کرنے اور مجھول جانے کا ایک بدیہی طریقہ یہ ہے کہ ہم کسی ایسے آجڑے کو اختیار کریں جو ہماری ذات سے بے انتہا بڑا ہو۔ پھر جن دشمنیوں اور ساز و برگوں سے ہم اسے مناسبت ہوگا وہ ہیں بالکل حقیر معلوم ہوں گی کیونکہ ہم اپنے آجڑے کے سوا ہر چیز سے بے نیاز ہوں گے اس کی وضاحت کے لئے میں یہاں ایک انتہائی ڈرامائی واقعہ پیش کرتا ہوں جو کہ ۱۹۱۸ء میں سپسی کے صوبہ کے جنگلات میں ہوا تھا یہ واقعہ ایک خلاف قانون سزائے موت کے متعلق ہے۔ سپنڈ امریکی حبشی استاد اسٹیفن — بورنس جونز کو مجرم قرار دیکر خود ہی اسے موت کی سزا دے رہے تھے۔ کچھ سال ہوئے میں نے بورنس جونز کے قائم کردہ صوبہ کی جنگ لکھا وہاں کی سکیول کا معائنہ کیا اور طالب علموں کے سامنے ایک تقریر بھی کی۔ آج اس سکول کے نام سے امریکہ کا پچھتے پچھتاتے ایک نئے زمانے کا ذکر کرتا ہوں اسے جیتے دیکر گذر چکی ہیں پہلی جنگ عظیم کے انتہائی جذباتی دنوں میں دہلی سپسی میں یہ افراد پھیل گئی کہ جن لوگ حبشیوں کو شتمال وہاں رہے ہیں اور انھیں بغاوت کے لئے ابھار رہے ہیں۔ بورنس جونز بھی جسے مقامی لوگ مجرم قرار دے کر خود ہی خلاف قانون کی سزا دینے والے تھے ایک حبشی تھا۔ اس پر اپنی قوم کو بغاوت پر آمادہ کرنے کا الزام لگایا وہ ایک گرجے کے اندر تقریر کر رہا تھا کہ سفید آدمیوں کے ایک گروہ نے جو باہر کھڑا اس کا تھا، اسے حاضرین سے چلا کر یہ کہتے سنا: زندگی ایک جدوجہد ہے جس کے لئے ہر شے کو اپنی زبردستی سے کسٹھنی جا رہے ہیں وہ سب سے اور کامیابی حاصل کر لیں گے۔ میں ہی جنگی کو ہار جاتا ہوں۔

”مردہ“ تمیلاں جنگ: ”میں کافی تھا گھوڑے دوڑا کر راتوں رات لن جو شیلے فوجاؤں نے ایک ہجوم اکٹھا کر لیا اور مائیں گرجے میں پہنچ کر سینگ کی گردن ہمدرد ڈال دیا اور اسے کٹ کر کشاں آبادی سے ٹھیک پیل دوڑے گئے۔ اسے کڑیوں کے ایک ڈھیر پکڑ کر لیا گیا جیسا کہ

بھلا نے لگیں یہ اسے بیک وقت بچانسی دینے اور جلانے کے لئے تیار تھے کہ ایک شخص نے چلا کر کہا: ”ذرا ٹھہرنا سے جلانے سے پہلے ہم اس سے دو چار کھری کھری بائیں کریں، بولو بولو، اٹھو اٹھو کے ڈھیر پر کھڑے کھڑے اپنی گردن میں رستہ ڈالے ہوئے لورنس جونز بولنے لگا، وہ اپنی زندگی اور اپنے آسائش کے حق میں بولا اس نے ۱۹۰۶ء میں آئی اے اے ایوینیو پر ٹی سے ڈگری حاصل کی تھی۔

اس کے سنہری چہل چلن، اس کی اعلیٰ قابلیت اور موسیقی میں اس کی خدا داد صلاحیت نے طالب علموں اور پروفیسروں کو بحیال اس کا گرویدہ بنا دیا تھا۔ ڈگری حاصل کرنے کے بعد اس نے ایک باڑی کی پیشکش کو ٹھکرا دیا جو اسے اپنا شریک کار بنانا چاہتا تھا۔ اس نے ایک امیر شخص کے مفید کورڈ کر دیا۔ جو اسے موسیقی کی اعلیٰ تعلیم حاصل کرنے میں مدد دینا چاہتا تھا، کیوں؟ اس لئے کہ وہ ایک آرٹس کی آگ میں جل رہا تھا، یوکرٹی، فاسٹنگٹن کی داستانِ حیات پڑھتے ہوئے خود اس کے دل میں اپنی زندگی کو اپنے غلامِ ترہ اور جاہل افراد کی تعلیم و تعلم میں وقف کر دینے کا جذبہ پیدا ہوا۔ چنانچہ جنوب میں اسے جوہر سے زیادہ پس ماندہ علاقہ نظر آیا، وہ وہاں چلا گئید یہ جگہ جیکسن و مسپی) سے پچیس میل جنوب کی طرف تھی۔ اس نے پوتے دو ڈالر میں اپنی کھری رہن رکھ کر اپنا سکول کھول دیا اور ڈیسکوں کے بجائے درختوں کے تنے استعمال کرنے لگا۔ لورنس جونز نے ان شتعل لوگوں کو بتایا جو اسے سزا دینے کا انتظار کر رہے تھے۔ اس نے اپنی بعد و جد کا ذکر کیا جو اسے جاہل اور غیر تعلیم یافتہ لڑکے (ڈیکوں کو بڑھانے اور انہیں اچھے کسان، غارگو، بارچی اور سنگھڑ خانہ دار عورتیں بنانے میں کرنی پڑی۔ اس نے ان مفید خام آدمیوں کا ذکر کیا جنہوں نے یہ مصوبی جنگلی دیہاتی سکول قائم کرنے اور تعلیمی کام جاری رکھنے میں زمیں، لکڑیوں، سوردوں، گالیوں، روپے سے اور دسکریلوں سے اس کی مدد کی تھی۔

جب بعد ازاں لورنس جونز سے پوچھا گیا: ”آپ کو ان لوگوں سے نفرت نہیں جو آپ کو جلانے اور بچانسی دینے کے لئے مرکز پر گھسیٹ کر لے گئے تھے؟“ اس نے جواب دیا: ”یہی اپنے خادموں میں اس قدر مشغول ہوں کہ کبھی سے بھی نفرت کرنے کے لئے وقت نہیں نکال

سکتا۔ میں اپنے آپ سے ایک بہت بڑی چیز میں معروف ہوں۔ میرے پاس اتنی غریبیت نہیں کہ کسی سے لڑا جھگڑا سکوں اور پھر انہیں کرنے بیٹھ جاؤں۔ کوئی آدمی بھی مجھے اس قدر نیچے جھکنے پر مجبور نہیں کر سکتا کہ میں اس سے نفرت کرنے لگوں۔“

جب لوہن جوہن نے غصہ نہ اور رقت انگیز انداز سے اپنے آدرش کی وضاحت کی تب اس نے اپنی زندگی اور غصہ العین کو کھول کر بیان کیا تو لوگوں کے دل پگھلنے لگے۔ آخر کار ایک بوڑھے جہنزیہ وفاق نے بلند آواز سے کہا۔ ”مجھے یقین ہے کہ یہ لڑکا بچا کہہ رہا ہے۔ جن سفید آدمیوں کے اس نے نام لئے ہیں ان میں انھیں جانتا ہوں۔ وہ لاریب ایک مفید کام کر رہا ہے۔ ہم نے غلطی کی ہے۔ اسے پھانسی دینے کی بجائے ہی اس کی مدد کرنی چاہئے۔ یہ تقریر کار وفاق ہجوم میں اپنی ٹوٹی کھانے لگا اور انہی لوگوں سے جو صنوبری جنگلی دیہاتی سکول کے بالی کو پھانسی دینے کے لئے اکٹھے ہوئے تھے۔ وہ آدمی جس نے کہا تھا۔ ”میرے پاس اتنی ذہنت نہیں کہ کسی سے لڑ جھگڑا سکوں اور پھر انہیں کرنے بیٹھ جاؤں کوئی شخص بھی مجھے اس قدر نیچے جھکنے پر مجبور نہیں کر سکتا کہ میں اس نفرت کروں۔“ اسی وقت شتالہ ہجوم نے دسے ہاون ڈالو اور چالیس سینٹ کا عطیہ جمع کر کے دیا۔

ہینکٹس نے انیس سو سال قبل کہا تھا۔ ”ہم جو جوتے ہیں وہی کاٹتے ہیں اور مت کسی نہ کسی صورت میں ہمارے بدلے اعلیٰوں کی بھی ضرور سزا دیتی ہے۔“ اس نے کہا تھا۔ ”آخر کار ہر شخص کو اپنے برے اعمال کی سزا مل کر رہتی ہے، جو شخص اسے یاد رکھے گا۔ وہ کسی سے ناراض نہیں ہو گا۔ کسی کو برا بھلا نہیں کہے گا کسی پر ہمت نہیں دھرے گا کسی کو آزر دہ نہیں کرے گا کسی کے جذبات کو نہیں نہیں پہنچائے گا کسی سے نفرت نہیں کرے گا۔“

تاریخ امریکی میں شاید کبھی کبھی نفرت نہیں کی گئی، جس قدر کہ ممکن نے، کبھی دس قدر گڑھی نہیں اُچھادی۔ کسی کو اس قدر رت ڈال نہیں گیا۔ لیکن ہیرن ڈن کی ٹنڈہ جاوید

نفعہ بادید کتب کے مطابق لکھن نے کبھی لوگوں کو اپنے ذاتی پسند یا ناپسند کے معیار پر نہیں لکھا۔ اگر کوئی کام کرنا ہوتا تو وہ اچھی طرح سمجھتا تھا کہ اس کے دشمن بھی اسے کر سکتے ہیں، اگر کسی غصہ کو اس سے اذیت ہوئی ہوئی اور ہر وقت اس سے بدسلوکی کرنے کی کوشش کر رہیں وہ کسی آسانی کے لئے مرزدں ترین آدمی ہوتا تو لکھن اسے اتنی ہی آسانی سے یہ جگہ دے دیتا جس قدر کہ اپنے کسی دوست کو دیتا، میرا خیال نہیں کہ اس نے کسی شخص کو صرف اس لئے کبھی برطرف کیا ہو کہ وہ اس کا دشمن ہے یا وہ اسے پسند نہیں کرتا؟

وہی لوگ لکھن کو بڑا اہل لکیتے تھے اس کی چکر لپی اچھالنے تھے جنہیں اس نے اعلیٰ اہل بیتہ دیا تھا۔ میک کلین، سپوارڈ، سٹائنٹن اور جیمز ایسی قماش کے لوگ تھے۔ لیکن اپنے ناقص مشیر سر ہڈن کی روایت کے مطابق لکھن کا یقین تھا کہ "کسی شخص کی اس لئے تعریف نہیں کرنی چاہیے کہ اس نے یہ کیا ہے یا اس لئے مذمت نہیں کرنی چاہیے کہ اس نے یہ نہیں کیا۔ کیونکہ سب حالات واقعات ماحول، گروہ، پیشہ، تعلیم، لوئر اور اپنی بنیاد کردہ نادقوں کے فرزند ہیں۔ یہی چیزیں انسان کو کچھ بناتی ہیں اور بناتی بریں گی۔"

شاید لکھن درست کہتا تھا۔ اگر میں نے یا آپ نے وہی جسمانی، ذہنی اور عجز باقی خصوصیات ورثے میں پائی ہیں جو ہمارے دشمنوں کو ملی ہیں، اگر زندگی نے ہمارے ساتھ بھی وہی سلوک کیا ہے جو ان کے ساتھ کیا ہے تو ہمارے اور ان کے احوال بالکل مشابہ ہوں گے۔ ہم حتی الامکان اس سے مختلف نہیں ہوسکتے۔ عجب کہ کلیرنس دوبر دیکھا کرتا تھا "سب کچھ جاننا سب کچھ سمجھنے کے برابر ہے اور اس سے کسی فیصلے یا ملامت کے لئے کوئی جگہ باقی نہیں رہتی؟" اس نے ہمیں اپنے دشمنوں سے نفرت کرنے کے بجائے ان پر ترس کھانا چاہیے اور خدا کا شکر کرنا چاہیے کہ زندگی نے ہمیں ان جیسا نہیں بنایا، ہم اپنے دشمنوں سے نفرت کرنے اور اس سے انتقام لینے کے بجائے انہیں اپنی ہمدردی، اپنی مدد، اپنے عفو اور اپنی دعاؤں سے نوازنا چاہیے۔

میں نے ایسے گھرانے میں پرورش پائی ہے جو ہر بات کو مصلحت، انبیاء یا مقدس بائبل

کی آیت پڑھ کر خدا کے حضور میں جھک جانا اور نیکی اور سلامتی کی دعائیں مانگا کر اکتفا اب بھی میں سو رہی کہ قدم پر اپنے والد صاحب کو بیروغ کے یا الفاظ پڑھتے ہوئے سُن سکتا ہوں اور جب تک انسان اس کے تصورات کو عزیز رکھیں گے وہ یہ الفاظ پڑھتے ہیں گے۔ اپنے دشمنوں سے محبت کرو جو تمہارا برا چاہتے ہیں ان کے حق میں دعائے خیر کرو جو تم سے نفرت کرتے ہیں۔ ان سے بھلائی کرو۔ جو تم سے دشمنی برتتے ہیں اور تمہیں تکلیف دیتے ہیں انہیں بُرا بھلا نہ کہو، ان کے ساتھ نیکی کرو۔

میرے والد صاحب نے بیوہ کے من الفاظ کو زندہ رکھنے کی کوشش کی انہوں نے انہیں روحانی سکون دیا جس کی دنیا کے بڑے بڑے بادشاہ اور جرنیل بے سُو تلاش کرتے ہیں۔

اگر ہم ایسا دماغی رویہ اختیار کرنا چاہتے ہیں جو ہمیں سکون اور اطمینان دے تو وہ دل بڑا یہ ہے۔

ہم اپنے دشمنوں سے انتقام لینے کی کبھی کوشش کرنی چاہیے کیونکہ ایسا کر ہم ان کے بجائے اپنے آپ کو زیادہ نقصان پہنچائیں گے جنرل ایزن ہاور کی طرح جن لوگوں کو ہم پسند کرتے ہیں، ان کے متعلق سوچنے ہیں ایک منٹ بھی مبالغہ نہیں کرنا چاہیئے۔

باب ۳۔ احسان شناسی

حال ہی میری ملاقات میک اس کے ایک ناجر سے ہوئی جو غصے سے جل کر کہتا ہو رہا تھا مجھے بتایا گیا کہ اس سے ملنے کے پندرہ منٹ کے اندر اندر مجھے وہ خود ہی اس کا دم چھتا دے گا۔ چنانچہ ایسا ہی ہوا۔ جس واقعہ کے متعلق وہ آزرہ خاطر

تھا، وہ گیارہ چھپتے تہی پیش آیا تھا اور وہ ابھی تک اس کے متعلق غلطیوں پر سچاں تھا اس کے سوا اسے کوئی بات ہی نہیں تھی۔ ہواؤں کہ اس نے کس کے دنوں میں اپنے جوتیس ملازموں کو دس ہزار ڈالر بطور بونس دیئے تھے۔ یعنی تقریباً تین سو ڈالر فی کس۔ کئی کئی شخصوں نے بھی اس کا شکریہ ادا نہیں کیا تھا۔ اس نے نہایت تلخی سے شکایت کرتے ہوئے کہا، مجھے انہوں نے کس نے انہیں ایک پائی بھی کیوں دی؟

شہرہ آفاق چینی غلام فر کنفیوشس کہتا ہے: "غضبیلہ شخص ہمیشہ زہر سے بھر رہا ہوتا ہے۔" اور اس شخص کی رگ رگ میں زہر سرایت کر چکا تھا۔ فی الواقع مجھ اس کی حالت پر ترس آیا۔ اسی کی عمر تقریباً ساٹھ سال کی تھی۔ ہمہ گیر کینسر کا اندازہ ہے کہ کم از کم اپنی موجودہ عمر اسی سال کے فرق کے دو تہائی سے ذرا زیادہ زندہ رہیں گے۔ چنانچہ یہ شخص — اگر وہ اس قدر خوش قسمت ہوتا — غالباً مزید چودہ پندرہ سال تک زندہ رہ سکتا تھا لیکن ایک واقعہ جو بہت چکا تھا اور ماضی کے معذلوگوں میں دفن ہو چکا تھا اس پر تلخ اور افسردہ رہنے کی وجہ سے اپنے چہرہ پر بہت سارے سال پہلے ہی ضائع کر چکا تھا اسلئے مجھے سیر پر لڑائی آئی۔ افسردہ اور بے چین رہنے کے بجائے وہ اپنے آپ کو چھو سکتا تھا، آخراں لوگوں

نے کیوں میرا شکریہ ادا نہیں کیا؟ ممکن ہے کہ وہ ان سے بہت زیادہ کام لیتا ہوا اور معاوضہ کم دیتا ہوا ممکن ہے وہ یونس کو ایک عطیہ نہ سمجھتے ہوں جو اپنی آمدنی کا ایک حصہ خیل کرتے ہوں۔ ممکن ہے کہ وہ اس قدر غلامانہ ہو کہ کسی نے اس کا شکریہ ادا کر لے گا۔ پرواہ ہی نہ کی ہو یا وہ اسے ملازموں سے اس قدر دور و دور رہتا ہو کہ کبھی کو اس کا شکریہ ادا کرنے کا حوصلہ ہی نہ ہو یا جو ممکن ہے کہ وہ یہ سمجھے ہوں کہ اس نے یونس اس لئے دیا ہے کیونکہ اس کے بیکریا اس کے ساتھ اکثر شعبہ ٹیکوں کی صورت میں غلطی جاتا ہے۔

اس کے برعکس یہ بھی ممکن ہے کہ اس کے ملازم خود غرضی سمجھنے اور بدتمیز ہوں یہ بھی ممکن ہے کہ وہ بھی ممکن ہے، جی اس کے متعلق آپ سے زیادہ نہیں جانتا لیکن میں کہتا

مرد رہ جاتا ہوں کہ انگریزی کے شہور ادیب ڈاکٹر میوئل جانسن نے کہا تھا: احسان شای
بڑی محنت اور آبیاری کا پھل ہے۔ آپ اس کی غیر جذب اور ناشائستہ لوگوں سے
توقع نہیں کر سکتے۔

یہی اس نکلے کی وضاحت کرنے کی کوشش کر رہا ہوں، اس شخص نے احسان
شناہکا کی توقع کر کے غم انگیزہ اور المناک غلطی کی۔ وہ محض انسانی نظر
سے نادان تھا۔

اگر آپ کسی شخص کی جان بچاتے ہیں تو کیا آپ اس سے شکریہ ادا کرنے کی توقع کریں گے؟
آپ کہہ سکتے ہیں۔ لیکن میوئل لی ایوڈٹرنے یونج بننے سے پہلے ایک شہرہ آفاق
وکیل تھے، اٹھتر آدمیوں کو برقی کرسی سے بچایا۔ آپ کے خیال میں کتنے آدمیوں نے
سموئل لی ایوڈٹرنے کا شکریہ ادا کرنے کی تکلیف گواہ کی ہر گز یا کتنوں نے انھیں کرسی کے
کارڈ بھیجے ہوں گے؟ ذرا سوچئے تو..... ہاں ٹھیک کسی نے بھی نہیں۔
یسوعؑ نے ایک سہ پہر کو دس کوڑھیوں کا علاج کیا۔ لیکن ان میں سے کتنے آدمی
اس کا شکریہ ادا کرنے کے لئے ٹھہرے؟ صرف ایک سینٹ میوگ سے اس کی تصدیق
کر لیجئے۔ جب یسوعؑ نے مرکز اپنے پیروؤں کی طرف دیکھا اور پوچھا کہ باقی تو کہاں ہیں؟
وہ سب کے سب بھاگ گئے تھے۔ شکریہ ادا کئے بغیر ہی غائب ہو گئے تھے، میں آپ
سے ایک سوال پوچھتا ہوں۔ کیا میں یا آپ ٹیکس اس کا یہ تاجر اپنی چھوٹی موٹی نوازشرٹ
کے لئے یسوعؑ سے زیادہ شکریے کی امید کر سکتا ہے؟

اور جب معاملہ پسوں کا ہوا، خیر یہاں تو حالت اور بھی مایوس کن ہے۔ چارلس شیب نے
مجھے بتایا کہ اُسہوں نے ایک دفعہ کسی بنک کے خزانچی کو بلایا تھا، اس شخص نے بنک کی ملکیت
شاگ مارکیٹ میں مسدّد کیا تھا، اس کو بیل سے بچانے کے لئے شیب نے اپنی جیب سے
روپیہ ادا کر دیا۔ کیا خود اپنی ان کا شکریہ گزار تھا؟ جی ہاں، تھوڑی دیر کے لئے تو وہ ان کے
خارجہ میں سہرت کی سزا عزم کو نکل لی کرسی پر بٹھا کر دی جاتی ہے اس سے تکلیف کا کم اندیشہ ہوتا ہے۔

سامنے سر تک اٹھا سکتا تھا پھر وہ شیعوں کے خلاف ہو گیا، اس نے انھیں بُرا بھلا کہا، ان کی بچہ کو اچھالی، ان کے خلاف پروپیگنڈا کیا۔ مہی شخص جس نے اسے جیل کی چار دیواری سے بچایا تھا۔

اگر آپ اپنے کسی رشتہ دار کو دس لاکھ ڈالر دیں تو کیا آپ اس سے شکر گزار ہونے کی توقع کریں گے؟ اندلیو کا ریٹیل نے یہی کہا تھا، لیکن اگر اندریو کا ریٹیل کچھ عرصے کے بعد اپنی قبر سے نکل کر واپس آتا تو اسے یہ دیکھ کر صدمہ ہوتا کہ اس کا وہی رشتہ دار جس کو اس نے دس لاکھ ڈالر دیئے تھے اسے کوئی بہانہ کہیں؟ کیونکہ جوڑے اندریو نے پابک خیرا گھروں کو جیتیں کروڑ ڈالر دیئے تھے اور اس رشتہ دار کے اپنے الفاظ میں اس نے اسے صرف دس لاکھ ڈالر کی حقیر رقم پر شکر خادیا تھا۔

اس کا نتیجہ بھی ہوتا ہے انسان فی فطرت ہمیشہ انسانی فطرت ہی رہتا ہے۔ اور انہی آپ کی زندگی میں یہ نہیں بدے گی۔ پھر آپ اسے قبول کیوں نہیں کرتے؟ اس کے متعلق اس قدر حقیقت پسندانہ رد یہ کیوں اختیار نہیں کرتے جس قدر کہ مائیکس لہوی نے کہا تھا وہ مملکتِ روم پر حکومت کرنے والے عقلمند ترین انسانوں میں سے ایک تھا، ایک خدا کا اپنی ڈائری میں لکھا تھا آج میں ان لوگوں سے ملنے والا ہوں جو بڑھ چڑھ کر باتیں دیتے ہیں۔ وہ لوگ جو کہ خود غرض، ناپسند اور ناشکر گزار ہوتے ہیں لیکن مجھے کوئی تعجب اور پریشانی نہیں کیونکہ انہیں ویسے لوگوں کے بغیر کسی دنیا کا تصور ہی نہیں کر سکتا۔

یہ تو سوائے نایک سمجھا سکتا بات، ہوئی یا نہیں؟ اگر آپ یا میں احسان ناشا کی متعلق بڑھ چڑھاتے ہیں تو قصور وار کون ہوا؟ کیا یہ انسان فی فطرت کا تصور ہے؟ یا انسانی فطر کے تحت ہماری مٹھی اور جہالت کا؟ میں سمجھتی ہوں احسان ناشا کی توقع نہیں کرنی چاہیے اور اگر ہم اتنا حق اس سے مدد چاہیں تو یہ ہمارے لئے ایک خوشگوار اور خلاف توقع چیز ہوگی اگر یہی حاصل نہ ہو تو پھر ہم پریشان اور مضطرب نہیں ہوں گے۔

یہ پہلا نکتہ ہے جس کی میں اس باب میں وضاحت کرنے کی کوشش کر رہا ہوں۔ یہ بالکل تدریجی بات ہے کہ لوگ شکریہ ادا کرتا بھول جاتے ہیں۔ اس لئے اگر ہم احسان شناسی کی توقع کریں گے تو خود اپنے آپ کو صدمہ پہنچائیں گے۔

میں نیویارک کی ایک عورت کو جانتا ہوں، وہ ہمیشہ شاکر رہتی ہے کیونکہ وہ دنیا اس کا کوئی قریبی اور عزیز رشتہ دار اس کے پاس پھینکا نہیں چلتا۔ اور اس میں کوئی تعجب کی بات نہیں ہے۔ اگر آپ اس کے ہاں جاتی تو وہ آپ کو گھنٹوں یہ سناتی رہے گی کہ اس نے اپنی بھتیجیوں کے لئے کیا کچھ نہیں کیا، جبکہ وہ چھوٹی چھوٹی بچیاں تھیں، خسرے، بھارادو، کھانسی کے دوران میں اس نے ان کی تیار داری کی۔ کئی سالوں تک اس نے ان کی پرورش کی۔ ایک کو اس کو سکول میں داخل ہونے میں مدد دی اور دوسری کو گھر بنا کر دیا، اور پھر اس کی شادی کی۔

کیا اس کی بھتیجیاں اُس سے ملنے آتی ہیں وہ جی ہاں کبھی کبھار آتی ہیں لیکن صرف فری کے لحاظ سے مجبور ہو کر مگر وہ آتے ہوئے ڈرتی ہیں کیونکہ وہ جانتی ہیں کہ انہیں بیچہ گھنٹوں اس کے طے اور جوڑکیاں سننی پڑیں گی۔ وہ ان کے سامنے آہیں بھرے گی تلخ شکایتوں کے دفتر کھولے جائیں گے اور انہیں اگلی بجلی ساری باتیں سنائی جائیں گی لیکن جب یہ عورت انٹ ڈیٹ، طے، مینے اور جھڑکوں گھر کیوں سے اپنی بھتیجیوں کو اپنے پاس لانے میں کامیاب نہیں ہوتی تو وہ ایک اور ضرورت استعمال کرتی ہے اسے دل کا دورہ پڑ جاتا ہے۔

کیا یہ اختلاف قلب حقیقی ہوتا ہے؟ جی ہاں ڈاکٹر کہتے ہیں کہ اس کا دل اعصاب زدہ ہے اور اختلاج میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ لیکن ڈاکٹر یہ بھی کہتے ہیں کہ وہ اس کا علاج نہیں کر سکتے۔ کیونکہ اس کی بیماری جذباتی ہے۔

درحقیقت اس عورت کو محبت اور توجہ کی ضرورت ہے لیکن وہ اسے احسان شناسی کہتی ہے اور وہ کبھی بھی احسان شناسی اور محبت کا عمل نہیں کر سکے گی کیونکہ وہ اس کا

مطالبہ کرتی ہے وہ اسے اپنا حق تصور کرتی ہے۔

اس طرح کی ہزاروں غوریتوں میں جو انسان شناسی، تنہائی اور غفلت کی مرضیوں
ان کی خواہش ہے کہ ان کے ساتھ محبت کی جائے لیکن وہ صرف ایک طریقے سے مسرت
کی محبت حاصل کر سکتی ہیں۔ وہ اس کا مطالبہ کرنا ترک کر دیں اور کسی قسم کے معاوضہ کی امید
نہ رکھے بغیر دوسروں پر محبت کے پھینکے بکھرے شروع کر دیں۔

کیا یہ نقطہ خیالی اور ناقابلِ عمل غنیمت معلوم ہوتی ہے؟ نہیں ایسا نہیں یہ اسی شعور ہے
اپنے اور دوسروں کے لئے مسرت تک جس کی ہم اتنی تمنا کرتے ہیں، پہنچے گا یہ بہترین طریقہ
ہے۔ یہ اس سے واقف ہوں، میری آنکھوں کے سامنے اس قسم کے واقعات ظہور پذیر
ہوتے رہے ہیں۔ میری والدہ اور دوسروں کی مدد کے خوش ہوا کرتے تھے ہم غریب
تھے ہمیشہ قرض رہتے تھے لیکن ناداری کے باوجود میرے والدین آدمی کے غم خانے
کو تھوڑے بہت پیسے بھیجے گا کسی نہ کسی طرح بندوبست کرتے تھے۔ غالباً کئی خط لکھنے کے
سوا کوئی شخص ان کا شکریہ ادا نہیں کرتا تھا لیکن انہیں اس کا بنا بیت مالی معاوضہ ملتا تھا کیونکہ
معاوضے میں انہیں کسی قسم کی احسان شناسی کی خواہش اور توقع نہیں ہوتی تھی اس لئے انہیں
چھوٹے چھوٹے بچوں کی مدد کرنے سے حقیقی روحانی مسرت حاصل ہوتی تھی۔

گھر چھوڑنے کے بعد میں اپنے والدین کو کس کے موقع پر ہمیشہ ایک چیک بھجوا کرتا تھا اور
ان سے اصرار کیا کرتا تھا کہ وہ اپنے لئے کچھ عیش و آرام کی چیزیں خریدیں لیکن وہ شاد و ناؤ
ہی ایسا کرتے تھے۔ جب میں کس پر گھر جانا والد صاحب مجھے بتاتے ہیں "میں نے اپنے شہر ایک
معیار اور مسرت کے لئے کوٹرا اور کچھ پرچوں کی چیزیں خریدی ہیں بیچاری کے بہت سے بچے
ہیں لیکن مادانہ اور ایندھن خریدنے کے لئے کوئی پیسہ نہیں۔ یہ حائف بھیجنے سے ہمیں کوئی
مسرت ملتی تھی؟ معاوضے میں کسی چیز کو پانے کی توقع کے بغیر دینے کی مسرت!
مجھے یقین ہے کہ میرے والد صاحب اس طوع کے خیالی آدمی کے معیار بھجوا سکتے ہیں۔

ارتہ تے ہوں گے۔ اہل طوکارہ خیالی آدمی خوشی اور مسرت کا سب سے زیادہ متقی انسان ہے
 اور اس ناس کی یہ تعریف کی جاتی ہے، وہ دوسروں پر بھٹک کر کم اور نوازشوں کی بارش کئے
 خوشی حاصل کرتا ہے لیکن جب دوسرے اس پر نوازش کرتے ہیں تو وہ منامت عموماً کرتا
 ہے، کیونکہ دوسروں پر بھٹک کر نواز جری کا نشان ہے اور اسے وصول کرنا کمزری کا۔

یہ دوسرا اہم ہے جس کی یہی اس باب میں وضاحت کرنا چاہتا ہوں۔ اگر ہم خوشی
 اور مسرت حاصل کرنے کے معنی یہی تو ہیں احسان مند یا ناشکر گزار کی کئی کئی
 ہرگز نہیں سمجھنا چاہئے بلکہ داد و ستد کی داخلی خوشی کے لئے دینا چاہئے۔

دس ہزار سال سے والدین اپنے بچوں کی نا احسان شناسی اتم کر رہے ہیں۔
 سکسیئر کا لنگ لیر بھی چلا اٹھا تھا ایک ناشکر بیٹا سب کے انتوں سے بھٹی یادہ
 زہر ملا ہوتا ہے؟

لیکن بچے کیسے شکر گزار ہوں۔ جب آپ انھیں شکر گزار بننے کی تربیت ہی نہیں دیتے
 تا احسان شناسی گھاں پھوس کی طرح اٹکتی ہے احسان مند یا کلاب بھیرل ہے اس کی
 کاشت پرورش اس سے بیا رہی کرنی پڑتی ہے اس سے محبت کرنی پڑتی ہے اور اس کی حفاظت کرنی پڑتی ہے۔
 اگر ہمارے بچے ناشکر گزار ہیں تو قصور کس کا ہے؟ ممکن ہے کہ ہمارا ہی ہو۔ اگر ہم انھیں بھی
 دوسروں کا شکریہ ادا کرنا نہیں سکھاتے تو ہم یہ کیسے توقع رکھ سکتے ہیں کہ وہ ہمارے شکر گزار
 ہوں گے۔

جی شکاگو کے ایک شخص کو جانتا ہوں اس کے پاس اپنے سوتیلے بیٹوں کی نا احسان شناسی
 کا معقول درجہ ہے وہ ایک کج نیکوٹی میں مزدور تھا اور ہفتے میں بڑی شکل سے چائیس ڈالر کے
 قریب کاتا تھا۔ اس نے ایک بیوہ عورت کے ساتھ شادی کر لی اس کی بیوی نے قرضہ لے کر
 اپنے پیسے شوہر کے دونوں بڑوں بیٹوں کو کالج میں داخل کرنے کے لئے اسے رضہ مناد کر لیا
 اپنی چائیس ڈالر ہفتہ کی تنخواہ میں لھانے، کپڑے، مکان کے کرائے، ایندھن اور سونے کا بیج

اھا کرتا پڑتا وہ چار سال تک ایک قلی کی طرح کام کرتا رہا اور کبھی صرف شکایت زبان پر نہ لایا۔ کیا اس کا شکر یہ اٹھایا گیا؟ اس کی سہولت سے اس کا ایک فرض بھگتی تھی۔ اور اس کے بیٹوں کا بھی یہ خیال تھا، یہ بات اُن کے کبھی ذہن میں بھی نہیں آئی کہ انھیں اپنے سوتیلے باپ کا کچھ دینا ہے۔ انھیں شکر یہ تک ادا کرنے کا خیال نہیں آیا۔

تصور روانہ کون تھا؟ ہر گز بے شک لیکن ان کا ماں ان سے زیادہ تصور دار تھا۔ اس کا خیال تھا کہ ان کی نوجوان زندگیوں کو قرض کے احساس سے یاد کرنا ایک شرمناک بات ہے۔ وہ نہیں چاہتی تھی کہ اس کے بیٹے مقروض ہو کر اپنا کام شروع کریں۔ اس کے خواب میں بھی کبھی یہ خیال نہیں آیا جو ان سے کہتی ”تمہارا باپ کوئی ریاست کا نواب ہے جو کاغذی داخل ہونے کے لئے تمہاری مدد کر سکے! اس کے بجائے اس نے یہ رویہ اختیار کیا۔ لہذا وہ کم از کم اتنا تو کہہ سکتا ہے۔“

اس کا خیال تھا کہ وہ اپنے بیٹوں کی نامزد داری کر دی ہے، درحقیقت وہ زندگی کا ٹکڑی میں آیا یہ خطرناک نظریہ سکھا کر سوار کر دی تھی کہ اُن کے لئے روزی جمیا کرنا دنیا کا فرض ہے۔ بہ نظریہ بڑا سنجیدہ تھا، لیکن اُن میں سے ایک نے اپنے مالک سے قرض لینے کی کوشش کی جس کی یاد اُس میں اسے جیل کا دروازہ دیکھنا پڑا۔

یہیں یاد رکھنا چاہیے کہ ہمارے نچے دی بن جاتے ہیں جو ہم نہیں بنا دیتے ہیں۔ میری خالہ وانگہ الیکٹرک ریڈیو ۱۹۲۱ء میں ڈالا کی پارک سے رہتی ایسی ہی اس قسم کی روٹن مثال ہے۔ اسے اپنے بچوں کی ناشکر گزراہی کے متعلق شکایت کرنے کی کبھی ضرورت پیش نہیں آئی، جب میں ابھی بچہ ہی تھا، خالہ والہ اپنی ماں کو کہ اپنے ساتھ لے گئی تاکہ وہ اس کی خدمت کرسکے اور اس کا اچھی طرح خیال رکھ سکے اور یہی سلوک اس نے اپنی ساس کے ساتھ کیا میں اب بھی اپنی آنکھیں بند کر کے ان دونوں عورتوں کو خالہ وانگہ کے نارم ہڈوں میں آگ کے سلسلے بیٹھے دیکھ سکتا ہوں۔ کیا وہ خالہ وانگہ پر کوئی بار نہیں ہے؟ وہ، مہربان خیال ہے کہ ضرور ہوں گی۔

بیکھی اس کے رویئے سے آپ کبھی اس کا اندازہ کر سکتے تھے۔ وہ ان دونوں بوڑھیوں کے ساتھ بھرت کرتی تھی۔ اس کے ساتھ ہڈیاں کرتی تھی اور اس کا زونہ سے اس نے ان کی عادتیں بھی بگاڑ دیں اور اس کے گھر میں کسی قسم کی اجنبیت نہیں محسوس کرتی تھی۔ اس کے علاوہ خالہ واثما کے اپنے بچے تھے فیکھی اسے کبھی بھی یہ خیال نہیں آیا کہ وہ کوئی بہت نیک کام کر رہی ہے اور ان دونوں عورتوں کو اپنے گھر میں رکھنے کی وجہ سے کسی خاص توصیف کی مستحق ہے۔ اس نے یہ کام فرض سمجھ کر کیا، اس کے لئے یہی چیز درست تھی اور یہی وہ کرنا چاہتی تھی۔

آج خالہ واثما کہاں ہے؟ بیس سال ہوئے کہ وہ بیوہ ہو گئی اس کے پانچ نوجوان بچے ہیں۔ پانچ جدا جدا گھرانے۔ لیکن سب کے سب اسے اپنے ساتھ شریک کرنے، اور اپنے گھر میں لانے اور رکھنے کی تنگ و دو کرتے رہتے ہیں۔ اس کے بچے اس کی پرستش کرتے ہیں۔ وہ کبھی بھی جی بھر کر اسے اپنے ہاں نہیں رکھ سکتے۔ اس کا شناسی کی وجہ سے ہفتی محل اور عقیبات ہے، یہ محبت کا کرشمہ ہے! — سرتاپا محبت کا۔ ان بچوں نے اپنے بچن کے دوران میں گرم اور درخشان انسانی ہمدردی کی فضا میں سانس لیا اور اس میں کوئی تعجب کی بات نہیں کہ اب وہ بڑے ہو کر محبت فوٹا رہے ہیں

چنانچہ میں یاد رکھنا چاہیے کہ بچوں کو احسان شناس بنانے کے لئے ہمیں خود احسان شناس بننا پڑے گا۔ ہمیں یاد رکھنا چاہیے کہ چھوٹے کھڑوں کے کان بڑے ہوتے ہیں۔ - - - جو کچھ ہم کہیں اسے غور سے دیکھنا چاہیے۔ میں اس کی وضاحت کرتا ہوں۔ انگلہ بار اگر ہم کسی کی مہربانی کو بچوں کی موجودگی میں گھٹا کر پیش کرنے پر مائل ہوں، ہم فوراً رک جانا چاہیے۔ ہمیں کبھی گھٹنا چاہیے۔ ان برتن پوشوں کو دیکھو یہ آپاٹو نے کس پر غصے میں اس نے سچیں خود بننا تھا! اس کا ان پر ایک دھبہ بھی خراب نہیں ہوا لیکن ہے کہ ہمیں یہ بارک بالکل معمولی نظر آئے لیکن بچے نہیں سمجھتے ہیں، اس لئے بہتر ہوگا اگر ہم اس کے کانٹے نہیں بیچاری آنا نونے کے لہس کے لئے یہ برتن پوش بنانے میں کس قدر وقت صرف کیا ہوگا، بیچاری بڑی بچی،

ہیں غلط نہ کو اس کا شکریہ ادا کرنا چاہئے۔ اور ہمارے بچے غیر شعوری طور پر تو ایسی اور تحسین کی عادت اختیار کر گئے ہیں۔

نا احسان شناسی کے متعلق اُداس اور پریشان نہ ہونے مسئلہ ہے۔

۱۔ نا احسان شناسی کے متعلق پریشان ہونے کے بجائے ہمیں اس کی توقع رکھنی چاہیئے ہیں یاد رکھنا چاہیئے کہ یسوع نے ایک دن میں دس کوڑھیل کا علاج کیا تھا اور صرف ایک نے ان کا شکریہ ادا کیا اس لئے ہم یسوع سے زیادہ شکر کیئے کی توقع کیوں کریں؟

۲۔ ہمیں یاد رکھنا چاہیئے کہ سرت حاصل کرنے کا واحد طریقہ یہ ہے کہ تم شکر گزاری کا توقع نہ کریں بلکہ اپنی بخشش خوش ہونے کے لئے دیں۔

۳۔ ہمیں یاد رکھنا چاہیئے کہ احسان شناسی سیکھنے سے آتی ہے اس لئے اگر ہم اپنے بچوں کو شکر گزار بنانا چاہتے ہیں تو ہمیں ان کا شکر گزار بننے کا تربیت دینی چاہیئے۔

باب ۱۔ زحمت یا رحمت؟

میں ہیروڈ! بیٹا کو کئی سالوں سے جانتا ہوں۔ وہ ۲۷ سالہ تھا مائین یونیورسٹی میں مسوری پر رہتا ہے، وہ میرا بچہ نہیں رہ چکا ہے، ایک روز میری لیس اسٹی میں اس کے حقائق ہو گئی اور وہ مجھے اپنی کاریں بیٹا کر میرے فارم واقع بلیٹن مسوری لے گیا وہ ان سفوفیں میں نے اس سے پوچھا: ”آپ پریشانی سے کیسے بچتے ہیں؟“ اور اس نے مسند رجب ذیل وودہ انجیلز کہانی سنائی جسے میں کبھی نہیں بھلا سکوں گا۔

اس لئے کہانی میں اکثر پریشان رہا کرتا تھا لیکن جب ۱۹۷۱ء کا موسم ہمارا یا ہی ایک

روزِ صبح ہی صبح دیوبستی کی دلیسٹ ڈوفرنی ٹریٹ میں سے گزر رہا تھا کہ میں نے لکیتا
 نظارہ دیکھا جس نے میری ساری پریشاںیاں دور کر دیں اور یہ صرف دس سیکنڈوں میں
 جو ایکس ان دس سیکنڈوں میں میں نے زندگی کے متعلق اس قدر سیکھ جو بی پچھلے دس سالوں
 میں بھی نہیں سیکھ سکا۔ چوں کہ میں دو سال سے دیوبستی میں پرچون کی دکان کر رہا تھا، میرا
 ایسٹ نے اپنا کاروبار رکھتے ہوئے کہا: "اس دکان میں نہ صرف میری ساری جمع بھتیجی
 متعلق ہونے والی چیزیں ہمارا قرض کے بوجھ تلے دب گیا اور اسے ادا کرنے کے لئے مجھے سات سالہ
 لٹھی میری پرچون کی دکان پر جو کچھ ہو گئی تھی اور اب میں تاجروں اور کاشتکاروں کے بنک سے
 قرض لینے جا رہا تھا بلکہ گناہ شہر میں جا کر کوئی کام تلاش کر سکوں۔ میری حالت بالکل ایک
 بچے ہونے جیسے کی سی تھی۔ میں اپنی ساری قوتِ ارادی اور خود اعتمادی کھو چکا تھا، یا تو کسی
 کی کھانسی مجھ پر غصہ ہو چکی تھی۔ ہر طرف تاریکی ہی تاریکی تھی کہیں سے امید کی کرن نظر نہ آتی
 تھی۔ پھر ایک ہی دن میں ایک شخص کو آتے دیکھا وہ ٹانگوں سے محروم ہو چکا تھا۔ وہ ایک
 چھوٹی سی دوپہر کاٹری میں بیٹھا تھا اور اپنے دونوں ہاتھوں سے لٹری کی ایک سچڑی پکڑے
 ہوئے اس کاٹری کو آگے دھکیل رہا تھا۔ جب میں نے اسے دیکھا وہ کئی جودہ کو چمکاتا تھا اور اپنے
 آپ کو شہتیاں سے اڑھاتا کہ ٹیڑھی پر چڑھ رہا تھا۔ جب اس نے اپنی کاٹری سے زاویہ کیا، میری
 اور اس کی آنکھیں چاہوئیں اور اس نے مسکراہٹ سے اگلے سطرے پھیلاتے ہوئے مجھے سکایا
 کیا: "اب خوف نہ جناب، بڑی ہفاتی صبح ہے، کیوں صاحب! اس نے زندہ دلی سے کہہ جا
 یں، کھڑا اس طرف دیکھ رہا تھا، مجھے اندازہ ہوا کہ میں کتنا خوش قسمت ہوں۔ میری دو ٹانگیں میں
 آندادی سے چل پھر سکتا ہوں۔ مجھے اپنی خود تری پر شرم آنے لگی میں نے اپنے تئیں کہا: اگر یہ شخص
 ٹانگوں سے محروم ہونے کے بعد جو دوسرے روز خوش چلے اور خود اعتماد ہو سکتا ہے، میری تو ٹانگیں کیا
 ہیں، پھر میں کیوں نہیں ہو سکتا؟ مجھے اپنا خون جوش اڑنا پڑا عرصہ تھا۔ میرا ارادہ بنک سے صرف
 ایک سو ڈالر قرضہ لیے کھاتا، اب مجھ میں اس قدر خود اعتمادی پیدا ہو چکی تھی کہ دوسرے کیلئے

کہہ سکوں۔ پہلے میں نے یہ کہنے کا ارادہ کیا تھا کہ میں کہنا کی شہر جا کر کوئی نوکری تلاش کرنا چاہتا ہوں لیکن اب میں نے نہایت وثوق کے ساتھ کہہ سکتی ہوں کہ میں نوکری حاصل کرنا چاہتا ہوں، مجھے قرضہ بھی مل گیا۔ اور ملازمت بھی مل گئی۔

”اب میں نے اپنے غلغلہ خزانے کے آئینے پر ہندرجہ ذیل الفاظ چسپاں کر لئے ہیں اور حجامت بناتے وقت انہیں ہر روز پڑھتا ہوں۔

انسرہ بودم کہ کشت ندا شتم دیدم در گلی ششھے کد اردو نہ یا ،

میں نے ایک دفعہ ایڈی رن ہیکہ سے پوچھا: جب آپ کو اوتھانوس میں اپنے ساتھیوں کے ساتھ جان بچانے والی کشتیوں پر اکیس دن تک چپکے لئے کھاتے رہے تھے، اور آپ کو زندہ بچنے کی کوئی امید نہ رہی تھی، آپ کو اس سے اہم ترین سبق کیا ملا؟ اس نے جواب دیا: اس تجربے نے مجھے اہم ترین سبق یہ سکھایا کہ اگر آپ کے پاس پینے کے لئے تازہ پانی اور جی بھر رکھانے کے لئے روٹی ہے تو آپ کو کبھی کوئی شکایت نہیں ہونی چاہئے۔

”ٹائم“ میں کسی سارجنٹ کے متعلق ایک مضمون چھپا تھا جو گوڈل کہناں میں زخمی ہو گیا تھا شیل گولے کا ایک ٹکڑا اس سارجنٹ کے حلق پر لگا تھا جس کی وجہ سے اس کے جسم میں سنا دفعہ معدنی طاقتوں سے خون داخل کرنا پڑا اس نے کانڈ کے ایک پرنسپل پر بھروسہ کر اپنے ڈاکٹر سے پوچھا: کیا میں زندہ رہوں گا؟ ڈاکٹر نے جواب دیا کہ ہاں! اس نے دوبارہ کانڈ پر لکھ کر پوچھا: کیا میں بات چیت کرنے کے قابل ہو سکوں گا؟ ڈاکٹر کا جواب دوبارہ اثبات میں تھا، اس نے تیسری بار کانڈ پر لکھا: پھر مجھے پریشیاں ہونے کی کیا ضرورت ہے؟ بھارت میں جاییں پریشیاں ہیں کیوں ٹھکر دوں؟

آپ بھی ابھی تک کراہتے آپ سے کیوں نہیں پوچھتے؟ مجھے پریشیاں ہونے کی کیا ضرورت ہے؟ آپ کو غالباً اپنی تمام پریشیاں غیر اہم اور بے وقعت نظر آئی گی۔

ہماری زندگی کی تقریباً نوے فیصدی چیزیں درست ہوتی ہیں، اور وہی لپھری

غلط ہوتی ہوں گی۔ اگر ہم خوش رہنا چاہتے ہیں تو ہمیں صرف یہ کرنا چاہیے کہ نوے فیصد ہی جو درست چیزیں ہیں۔ ان پر اپنی ساری توجہ مرکوز کر دیں اور باقی دس فی صدی جو غلط ہیں انہیں نظر انداز کر دیں۔ اگر ہم پریشان اور افسردہ رہنا چاہتے ہیں۔ اور سعدی اور دہلوی کی بیماریاں بول لینا چاہتے ہیں تو ہمیں صرف یہی کرنا ہے کہ جو دس فی صدی چیزیں غلط ہیں، ان پر اپنی توجہ مرکوز کر دیں اور باقی نوے فی صدی جو حسین اور شاندار ہیں، انہیں نظر انداز کر دیں۔

کرام دیں کے زمانے کے بنے ہوئے اکثر گرجوں پر سوچو اور شکر کرو کہ الفاظِ درجیہ میں یہ الفاظ ہمارے دل کی تنگی پر نقش ہونے چاہئیں، سوچو اور شکر کرو کہ ان چیزوں کے متعلق سچنا چاہیے جس کے ہم شکر گزار ہیں اور الطاف و عنایات کے لئے خدا کا شکر ادا کرنا چاہیے۔

انگریزی کا مشہور افاق طنز نگار "ادور سمرنا" نے گلیور کا مصنف جو ناقص سیوفٹ لکھتا ہے زیادہ یا بہت پسند اور قلمی مزاج تھا، اسے افسوس تھا کہ وہ پیدا ہی کیوں ہوا ہے؟ اپنی سالگرہ کے روز سیاہ لباس پہنتا اور فاقہ کرتا۔ لیکن ادب و نگارگری کے اس عظیم قلمی نے بھی اپنی مایوسی کی گہرائیوں سے مسرت و ہجرت کی، علیٰ صحت منہ قوتوں کی تعریف کی وہ لکھتا ہے دنیا کے بہترین ڈاکٹر، ڈاکٹر غذا، ڈاکٹر سکون اور ڈاکٹر مسرت ہیں:

آپ اور میں ناقابلِ یقین دولت کے مالک ہیں، جو علی بابا کے افسانوی مالِ دمنال سے بھی کہیں زیادہ ہے اس دولت پر اپنی توجہ ہر وقت کا ڈاکٹر ہم ڈاکٹر مسرت کی خدمات حاصل کر سکتے ہیں۔ کیا آپ اپنی دونوں آنکھیں ایک کھرب ڈالر کے عظمیٰ بیچنے پر رضا مند ہیں؟ آپ اپنی دونوں ٹانگوں کو بیچنے، اپنے کانوں، اپنے بچوں، اپنے خاندان کا کیا پس گئے؟ اندازہ کیجئے کہ آپ کے ہاں کس قدر دولت ہے؟ آپ اپنے اس اثاثے کو بیچ کیجئے اور آپ کو بھیس گئے کہ آپ کتنے ہی راک فیملیوں، فورڈوں، اور آرگنل سے زیادہ امیر ہیں۔

میکو کیا ہم اس دولت کی قدر کرتے ہیں؟ جی نہیں، شوہر کہتا ہے۔ جو کچھ ہمارے

پاس ہے ہم شاذی اس کے متعلق سوچتے ہیں لیکن جو نہیں ہے ہم اکثر اس کی فکر کرتے ہیں۔ جی ہاں جو نہیں ہے اس کا فکر کرنا اور جو ہے اس کی پروا نہ کرنا۔ روئے زمین پر یہ "یہ سب سے بڑا المیہ ہے غالباً دنیا کی ساری جنگوں اور بمباریوں نے اس قدر نقصان نہیں پہنچایا ہوگا جتنا کہ اس روئے نے۔

اسی روئے نے جان پامر جیسے "ہنس مکھا آدمی کو ایک بیجاری روئی صورت بنا دیا اس کا گھر تقریباً برباد کر دیا۔ یہی جانتا ہوں۔ اس نے خود مجھے بتایا تھا۔

مسٹر پامر عرصہ ۱۹۱۱ء میں ایہو بیورن (نیو جرسی) پر رہتا تھا۔ "فوج سے واپس آنے کے کچھ دنوں بعد اس نے مجھے اپنی کہانی سناتے ہوئے کہا کہ میں نے اپنا کاروبار شروع کر دیا۔ میں رات دن کام کرتا تھا، شروع شروع میں حالات سازگار تھے اور پھر بگڑنے شروع ہو گئے مجھے کچھ پرزے اور سامان دستیاب نہ ہو سکا، میں ڈرتا تھا کہ مجھے اپنا کام چھوڑنا پڑے گا، پہلے میں ہمیشہ مسکراتا رہتا تھا لیکن اب اس قدر پریشان تھا کہ میرے چہرے سے اداسی اور مایوسی ٹپکنے لگی میں بہت تلخ مزاج اور کبیدہ خاطر ہو گیا تھا۔ اسی وقت میں نہیں جانتا تھا لیکن اب مجھے احساس ہوتا ہے کہ میرا گھر دنیا ہی کے کنارے پہنچ چکا تھا میرے ساتھ ایک معذور اور اچھلیکی کا آمد کمزور و ناتوان کام کیا کرتا تھا۔ ایک روز اس نے مجھ سے کہا: جانی تمہیں اپنے آپ پر شرم آتی چاہیے، تم سمجھتے ہو کہ ایک تم ہی دنیا میں معیشت زندہ ہو۔ فرض کیا کہ تمہیں کچھ عرصے کے لئے مہینی وکان بند کر دیں پڑتی ہے اس سے کیا ہوگا جب حالات سازگار ہو جائیں تم اپنا کام شروع کر سکتے ہو۔ تمہارے پاس خدا کا دیا ہوا اتنا کچھ ہے کہ تمہیں تو بھر نیاز ہے اس کے معذوریں، جھک جانا چاہیے لیکن تم جو کہ ہر تہ بڑبڑاتے رہتے ہو، کاش کہ میں تمہاری جگہ ہوتا، ذرا میری طرف تو دیکھو، میرا ایک بازو کٹ چکا ہے، میرا آدھا چہرہ مجلس چکا ہے لیکن میں پھر بھی شکایت نہیں کرتا، اگر تم نے بڑبڑانا اور عزتانا نہ چھوڑا تو یاد رکھو کہ ایک روز نہ صرف تمہارا کاروبار ہی تباہ ہوگا بلکہ

تہاں کا صحت تہاں راگھو اور تہاں سے دوست بھی صحیح سلامت نہیں رہی گے!
 "ان الفاظ نے میں وقت پر مجھے خبردار کر دیا، انھوں نے مجھے احساس دلایا کہ میں
 کتنا خوش قسمت ہوں، میں نے اسی جگہ اور اسی وقت ارادہ کر لیا کہ میں بدل جاؤں گا اور
 پھر وہی پرانا جان بن جاؤں گا۔ اور میں بن گیا۔"

میری ایک دوست نوسائل ہیکہ کو یہ کہنے سے پیشتر کہ جو کہ اس کے پاس بکری پرورش
 اور تالغ بہنا چاہیے، اور جو نہیں ہے اس کے متعلق پریشان نہیں ہونا چاہیے، بے حد
 ذہنی کوفت برداشت کرنی پڑی

چند سال ہوئے میں نوسائل سے ملا۔ اس وقت ہم دونوں کو بیوی بیوی رکھی سکول آف جرنلز
 میں مختصرانہ نوٹری کی کلاس میں پڑھتے تھے، نوسال ہوئے جب اسے اپنی زندگی کے
 سب سے بڑے مدد سے دوچار ہونا پڑا۔ اس وقت آری زونا ریاست کے ٹھہر گئی
 ہا کرتی تھی۔ اس کی کہانی مندرجہ ذیل ہے۔ اس نے یہ خود ہی مجھے بتائی تھی۔

"میری زندگی ایک بھندریں چکولے کھا رہی تھی۔ جس آری زونا بیوی رکھی میں علم اعضا
 پڑھتی تھی۔ شہر کے اندر میں تقریر کے ایک کلینک کا انتظام کرتی تھی اور اپنی رہائش گاہ واقع
 ڈیزرٹ دلوز انش میں موسیقی پڑھایا کرتی تھی اور رات کے دقت پارٹیوں اور دعوتوں میں
 شرکت کیا کرتی اور سر کے لئے کھوڑے پر باہر جایا کرتی تھی۔ ایک صبح میری صحت جواب دے
 گئی۔ ڈاکٹر نے کہا: "تہیں بستر میں سکون دالینا سے لیٹ کر ایک سال آرام کرنا ہوگا، اس
 نے بالکل میری حوصلہ افزائی کی جس سے مجھے یقین آ جاتا کہ میں دوبارہ صحت یاب ہو سکوں
 گی۔"

"ایک سال تک بستر میں پڑے رہنا! بیچارہ!۔۔۔ اور شاید موت کا انتظار کرتے
 رہنا! میں خوف سے کانپنے لگی۔ آخر کہیں اور کس لئے! میں نے کونسا جرم کیا تھا،
 جو اس سزا کی مستحق قرار دی گئی! میں روتی تھی اور میں کرتی تھی، میرے مزاج میں ٹھنی

آتی تھی اور ذہن بغاوت پسند ہو گیا۔ لیکن ڈاکٹر کے مشورے کے مطابق میں بستر پر لیٹ گئی میرے ایک پڑوسی آرٹسٹ مسٹر وولف نے مجھ سے کہا۔ تمہارا خیال ہے کہ ایک سال تک بستر میں بیٹھے رہنا بڑا المیہ ہے نہیں ایسا نہیں، تمہیں سوچنے اور اپنے آپ کو جاننے کے لئے وقت مل جائے گا۔ تم اگلے چند صدیوں میں اتنی روحانی ترقی حاصل کرو گی جو تم نے شاید ساری عمر میں بھی نہیں کی ہو گی۔ میں خاموش ہو گئی اور قدروں کا ایک نیا احساس پیدا کرنے کی کوشش کرنے لگی۔ جس نے وجدانی اور روحانی کنناں پر نہیں، ایک روز میں نے ریڈیو کے کسی مختصر کو کہتے ہوئے سنا۔ چوتھا بار اپنے شعور اور وجدان کے اندر ہے، تم صرف اسی کا اظہار کر سکتے ہو۔ جس اس قسم کے الفاظ کوئی بار پہلے سُن چکا تھی لیکن اب یہ میرے دل کی گہرائیوں میں اتر گئے اور وہاں جا کر رہیں ہو گئے۔ میں صرف ایسے خیالات سوچنے کی کوشش کرنے لگی۔ جن کے کہاں سے زندہ رہنا چاہتی تھی۔ خوشی مسرت اور محبت کے خیالات۔ ہر روز جب میں صبح کے وقت بیدار ہوتی، میں ان چیزوں کو یاد کرنے کی کوشش کرتی جن کی میں شکر گزار تھی، مجھے کوئی تکلیف نہیں، میری ایک خوبصورت بچی ہے، میرے پاس آنکھیں اور کان ہیں، ریڈیو پر روح افزا اسٹی سنٹی میروں، پڑھنے کے لئے کافی وقت ہے، کھانے کو اچھا ملتا ہے، عزیز دوست ہیں، مجھے کتنی نعمتیں حاصل ہیں، میری بیار پرسی کے لئے اتنے لوگ آتے ہیں کہ ڈاکٹر کو میرے کمرے کے بار کھڑکوں میں لٹکانا پڑتا ہے کہ میرے کمرے میں ایک وقت صرف ایک شخص کو جانے کی اجازت ہوگی اور وہ بھی معینہ اوقات پر۔

”اس واقعے کو گزیرے نو سال بیت چکے ہیں، اور اب میں ایک بستر پر اور غلغلہ زدگی بسر کرتی ہوں۔ اب میں اسی سال کی حد دل سے شکوہ ہوں جو میں نے بستر پر گزارا تھا۔ یہ ایک بہت ہی نایاب اور سرتوں سے لدا چھندہ اسال تھا جو میں نے آری نڈونا میں بسر کیا۔ اس وقت ہر صبح اپنی فمتوں کو گھسنے کی عادات میں نے غنیمت رکھی تھی وہ اب بھی مجھ میں باقی ہے۔ میرا بڑا بھتیجا انا ہے، مجھے تسلیم کرتے ہوئے ندامت ہوتی ہے کہ جب تک مجھ پر موت کا خوف غالب آیا۔

مجھے زندگی بسر کرنے کا ڈھنگ نہ آیا:

میری پیاری نوسائلی بلیک، تمہیں شاید اس کا اندازہ نہ ہو لیکن تم نے وہی سبق سیکھا ہے جو ڈاکٹر سمونل جانسن نے دو سو سال قبل سیکھا تھا۔ ہر واقعے کے روشن پہلو کی طرف دیکھنے کی طاقت ہزار یونیورسٹیاں لائبریری سے زیادہ قیمتی ہے۔

خیال رہے کہ یہ الفاظ کسی پیشہ ور رجائیت پسند کے نہیں ہیں۔ یہ الفاظ اس شخص کے ہیں جو چوبیس سال تک عزیمت و نجبت، اگر سنگی و برنجی دور فکر و تشویش میں زندگی بسر کر رہا تھا۔ اور آخر کار اپنے زمانے کا ایک ممتاز ترین دیباہ اور دنیا کا معروف ترین خوش گفتار شخص ثابت ہوا۔ لوگ ان پیرل سمٹھ نے یہ کہہ کر کوڑے میں حقل کا دریا بند کر دیا ہے کہ زندگی کے معروف و مقصود ہیں جو تم چاہتے ہو اسے حاصل کرنا اور پھر اس سے لطف اٹھانا صرف عقل مند انسان ہی دوسرے مقصود کو پاسکتے ہیں:

آپ کو شاید علم نہ ہو گا کہ باورچی خانے میں رکابیاں دھونے کے کام کو بھی ایک ہی بھائی اور دلچسپ تجربے میں متعل کیا جاسکتا ہے۔ اگر آپ نہیں جانتے تو آپ کو بورنگ بلڈ واصل کی دلوں انگلیز کتاب میں دیکھنا چاہیے۔

اس کتاب کی مصنف ایک عورت ہے جو عملاً پچاس سال تک اندھی رہی وہ لکھتی ہے "میری صوف ایک آنکھ تھی لیکن اس پر بھی بہت دقت آتی گہری دھند اور جائے چھائے رہتے تھے کہیں اپنی آنکھ کے بائیں کونے میں صرف ایک چھوٹے سے سورنگ سے دیکھ سکتی تھی۔ یہ کتاب کو بالکل اپنے چہرے کے ساتھ لگا کر اور اپنی آنکھ پر پورا ڈال کر پڑھ سکتی تھی۔"

لیکن اس نے یہ ماننے سے انکار کر دیا کہ اس کی حالت قابل رحم ہے اور وہ انسانوں سے مختلف سلوک کا شوق ہے، اپنے کہیں کے زمانے میں وہ دوسرے بچوں سے مل کر کثات مند اور پہلا دوا کھینٹا چاہتی تھی لیکن وہ بکری نہیں دیکھ سکتی تھی اس نے زمین کا چہرہ پیٹہ ذہن لیشن کر لیا جہاں وہ انسان کی ہڈیاں مل کر کھیل کر رہتی تھیں اور چاندی فوٹوں میں اسے

دور نے اور کھیلنے میں مہارت حاصل ہو گئی اپنے گھر پر یہ دسویں حرفوں کی کتاب اپنی آنکھوں کے اس قدر قریب رکھ کر پڑھا کرتی تھی کہ اس کی پکیس ہنوں کے درمیان آجاتی تھیں اس نے یونیورسٹی کی دو ڈگریاں حاصل کیں یعنی سونا یونیورسٹی سے بی۔ اے کیا اور کومبیا یونیورسٹی سے ایم۔ اے۔

اس نے ٹون دلی (مینی سوٹا) کے ایک چھوٹے سے گاؤں میں پڑھانا شروع کیا اور ترقی کرتے کرتے سی اور فالز رساؤتھ ڈیوٹا نے ان گھنٹا کاٹھین ادب اور مہافت کی پروفیسر بن گئی۔ ہاں اس نے تیرہ سال تک پڑھایا، اس نے عورتوں کی کلبوں میں تقریریں بھی اور ریڈیو پر کتابوں اور ادیبوں کے متعلق تبصرے نشر کئے۔ وہ لکھتی ہے "میرے حواص کے کسی کو نے پرنٹل عدم البیرت کا خوف ہمیشہ محیط رہا ہے اور اس خوف پر غلبہ آنے کے لئے میں نے زندگی کے متعلق ایک خوشگوار اور تقریباً ترخی رویت اختیار کیا۔

۱۹۳۲ء میں جب اس کی عمر باون سال کی ہوئی، ایک مجنوںہ ظہور آیا اسے شہور عالم سیوٹیکہ میں اس کا آپریشن کیا گیا۔ اب پیسے کی نسبت اس کی نظر حواس گن تیز ہو گئی تھی۔ اس کے سنسور وہ نکھتی ہے۔ میری آنکھوں کے سامنے دیکھتی اور سن کی ایک نئی دنیا چھا گئی اپنی زندگی میں پہلی بار میں نے اپنے باورچی خانہ کی ناندیں رکابیاں دھوئی، اس سے میرے جسم کے اندر ایک عجیب قسم کا برپا ہو گیا۔ رکابیوں میں صابن کی سفید روئی دار جھاگ سے کھیلنے میں مجھے خاص لطف آنے لگا۔ جس جھاگ میں اسے ہاتھ ڈبوئی ہوں، صابن کے چھوٹے چھوٹے بلبوں کی گیند بن جاتی ہے، جب میں اس گیند کو اٹھ کر روشنی میں دیکھتی ہوں مجھے ہر ایک بلبے ایک جیسے ٹپے پائے کی دھنک کے شوخ اور پیش رنگ نظر آتے ہیں۔ اور جب اس نے باورچی خانے کی کھڑکی میں سے دیکھا تو اسے گہری برنجاری کی فضا میں اڑتے ہوئے پسندوں کے خاکستری پر پھر پھر اڑتے نظر آتے۔ اسے چربیوں اور بلبوں کو دیکھ کر اس قدر وجد آیا کہ وہ اپنی کتاب ان الفاظ پر ختم کرتی ہے

”میرے مولا میں زہر لب تیرا شکر ادا کرتی ہوں، اے ہمارے آسمانی باپ میں کس طرح تیرا شکر ادا کروں؟ پھر بھی میں تیرا شکر ادا کرتی ہوں!“

اے راسوچنے کے ایک عورت اس لئے خدا کا شکر ادا کرتی ہے کہ وہ رکابیاں دھو سکتی ہے، صابن کے مبلوں میں دھوئیں اور برف میں سے اڑتی ہوئی پڑیاں دھو سکتی ہے۔ مجھے اور آپ کو شرم آئی چاہیے ہم اپنی زندگی حق اور رضائی کی سرزمین گزار رہے ہیں لیکن ہم اس قدر اندھے ہو چکے ہیں کہ دیکھ نہیں سکتے۔ اس قدر سر ہو چکے ہیں کہ مزید لطف نہیں اٹھا سکتے۔

اس لئے اللہ ہم پر لٹا ہوا دور کرنا اور نئی زندگی شروع کرنا چاہتے ہیں تو اصول یہ ہے۔

اپنی رخصتوں کو نہیں — بلکہ اپنی رخصتوں کو شمار کیجئے !

باب :- خود شناسی

مجھے سرائیڈ آکر ریڈ آت، ڈنٹ، میٹری (مارتھ کارولینا) کا خط ملا ہے وہ لکھتی ہے جب میں بچی تھی تو بے حد سوس اور شرمیلی تھی، میرا دین معمول سے ہمیشہ زیادہ رہتا تھا میرے رخسار مجھے اور کبھی موٹی بنا دیتے۔ حالانکہ وہ حقیقت میں اتنی موٹی نہیں تھی میری ممتی پرانے خیال کی تھیں ان کے خیال میں کپڑوں کو اس طرح بنانا کہ وہ خوبصورت نظر آتی تھی حماقت تھی، ان کا اصول تھا کہ کھلا چلے گا اور تنگ پھٹے گا۔ اور اسی اصول کے مطابق وہ میرے کپڑے بنایا کرتی تھی۔ میں کبھی پارٹیوں میں شریک نہ ہوتی، کبھی دھڑوں کے ساتھ ہنسی مذاق نہ کرتی اور جب سکول جاتی تو کبھی خارجی مصروفیات سے کھیل کوہ میں بھی — یہی دوسرے بچوں کے ساتھ شامل نہ ہوتی تھی۔ میں مضیض نہ مارتھ شرمیلی تھی اور ایسے آپ کو بہت سے مختلف ادا

بالکل ناگوار ہستی خیال کرتی تھی۔

جب میں جوان ہوئی تو میری شادی ہو گئی۔ میرا شوہر عجیب سے کئی سال بڑا تھا۔ لیکن میرے کردار کے اندر کوئی تبدیلی پیدا ہوئی۔ میری سسرال کے لوگ بڑے متوازن اور خود اعتماد تھے۔ ان کے اندر وہ ہر چیز تھی جو مجھے میں نہیں تھی اور ہونی چاہیے تھی۔ جس نے ان جیسا بننے کی کوشش کی لیکن کامیاب نہ ہو سکی۔ وہ مجھے اپنے آپ سے باہر نکالنے کی جتنی کوشش کرتے ہیں اتنی ہی زیادہ اپنے غول کے اندر گھس جاتے ہیں۔ اعصاب زدہ اور پڑ پڑی ہو گئی اپنے تمام دوستوں سے کٹی پھرتی تھی۔ میں اتنی بُری ہو گئی تھی کہ اگر کوئی ہمارے دروازے پر دستک دیتا تو میں کانپ جاتی کہ معام نہیں کہوں جسے میں ناکامی کی ایک زندہ تصویر تھی۔ میں یہ جانتی تھی اور دُرتی تھی کہ میرے شوہر کو اس کا علم ہو جائے گا۔ اسی لئے جن بھی ہم دوسرے لوگوں سے ملنے جاتے۔ میں اپنے آپ کو خوش باش ظاہر کرنے کی کوشش کرتی اور اس طرح پارٹ ادا کرنے میں ضرورت سے زیادہ اہتمام کرتی مجھے معلوم ہونا تھا کہ میں نے اور ایجنٹنگ کی ہے اس لئے اس کے بعد میں کئی کئی دن تک پریشان اور پرمردہ رہتی۔ آخر کار میں اس قدر افسردہ ہو گئی کہ مجھے زندہ رہنے کا مزید خواہش ہی نہ رہی اور میں خود کشی کے متعلق سوچنے لگی۔

اس دکھی عورت کی زندگی کیے منقلب ہوئی؟ صرف ایک اتفاقیہ بات سے! مسٹر آلفریڈ آگے نکلتی ہے۔ ”ایک اتفاقیہ بات نے میری زندگی کی کاپی لٹ دی میری ساس ایک رور یہ ذکر کر رہی تھی کہ اس نے اپنے بچوں کی کیسے پرورش کی تھی! اس نے کہا، ”خواہ کچھ بھی ہو جائے، مجھے کوئی پرواہ نہیں ہوتی تھی۔ لیکن ہمیشہ میری یہ کوشش رہی کہ وہ جیسے ہیں وہی رہیں۔۔۔۔۔ وہی رہیں۔۔۔۔۔ اس چھوٹی سی بات نے میری زندگی بدل دی! چشم زدنی میں مجھے احساس ہو گیا کہ میری ساری زندگی اور شکستگی کی وجہ سے کہیں اپنے آپ کو ایک ایسے نمونے کے مطابق ڈھالنے کی کوشش کر رہی ہوں، جس پر

میں پوری نہیں اُترتی۔

میں راتوں رات ہلٹ گئی، جیسی بھی تھی ویسی بننے لگی۔ میں نے اپنی شخصیت کو سمجھنے کی کوشش کی اور یہ معلوم کرنے کی کہ میں کیا ہوں، میں نے اپنی اچھائیوں کا مطالعہ کیا، میں نے حق الامکان، جہنم کے رنگوں اور سنسٹوں کے متعلق معلومات حاصل کیں اور ایسے کپڑے پہننے کی کوشش کرنے لگی جو مجھے بالکل موزوں محسوس ہوتے تھے۔ میں نے دوست بنانے کے لئے ہاتھ پاؤں مارنے لگی، میں ایک ادارے میں شامل ہو گئی، شروع شروع جب انہوں نے مجھے پروگرام میں شریک کیا تو میں بہت گھبرائی، لیکن جلد جیسا ہی بولتی تھی، تھوڑا کھوڑا حوصلہ بڑھتا گیا۔ اور آج میں اتنی انھیں ہمیشہ دہی سبزی کھانے کی کوشش کر رہی ہوں، ان سے اتنے تلخ تجربے کے بعد حاصل کیا تھا کچھ بھی ہر مانے کوئی پرواہ نہیں، لیکن جیسے بھی ہو ہمیشہ دہی رہو۔

”جیسے بھی دیا بننے کے لئے تیار ہونے کا مسکو“ اتنا ہی بُرا نام ہے جتنی کہ تاریخ، ڈاکٹر جینر گورڈن، ٹکلی کے الفاظ ہیں، اور اتنا ہی آخری ہے جتنی کہ ذاتی زندگی، جیسے بھی ہو، لیا بننے کے لئے تیار نہ ہونے کا مسئلہ بہت نا افسانوی اور معصیٰ الجھنوں کا پیشہ ہے، حشر ہے، انجیل پر مبنی جنہوں نے تربیت اطفال کے موضوع پر تیرہ کتابیں اور ہزاروں مضامین لکھے ہیں، لکھتے ہیں، اس شخص سے زیادہ بد قسمت کون ہو گا جو وہ بننا چاہتا ہے جو وہ سمجھتا ہے اور واقعی اعتبار سے نیک نہیں ہے۔

جو آپ نہیں ہیں وہ بننے کی آرزو بالی دو کی فضا پر خاص طور پر چھائی ہوئی ہے ہلی دو کا ایک بہترین ڈاکٹر کرسٹام ڈو کہتا ہے۔ ”خوشامد فوجوانوں کے ساتھ مجھے سب سے بڑی حسرت دردی کا سامنا کرنا پڑتا ہے وہ بالکل ہی مسئلہ ہے انہیں اپنے آپ کو پہچاننے کے قابل بنانا وہ سب سے سبب دوسرے درجے کے لانا، گزشتہ تیرے درجے کے کارکنوں کو بننا چاہتے ہیں

پہلے ہی چمک چمکے ہیں۔ "اسام وڈ" انہیں سمجھا تا رہتا ہے۔ "وہ اب کوئی نئی چیز چاہتے ہیں۔"
 "الوداع" "سٹر چیس" اور "صدائے موسیٰ" غرضانی تصویریں بنانے سے پہلے اسام
 وڈ نے کئی سال جاسٹاد غیر منقود کا کام دیا مگر نے اور تجزیاتی شخصیتوں کو پروان چڑھانے میں صرف
 کئے، وہ واشگاف الفاظ الفاظ میں اعلان کرتا ہے کہ کاروبار کی دنیا پر بھی وہی اصول نافذ ہوتے
 ہیں جو دنیا سے فلم پر آپ بند کی طرح نقل آتا رہے یہ کبھی کامیابی کی منازل طے نہیں کر سکے میرا
 منہ ہونے سے آپ کو کوئی فائدہ نہیں پہنچ سکتا۔ اسام وڈ کہتا ہے "تجربے نے مجھے سکھا دیا ہے کہ ایسے لوگ
 کو جو دینے کی کوشش کرتے ہیں جو وہ خود نہیں ہیں" جلدی علیحدہ کر دینا پڑا سو مندرستہ
 میں نے حال ہی میں سکونی ویم اٹل کمپنی کے ڈائریکٹر زگار بال ہنسن سے پوچھا کہ "کو
 تو کوئی کس لئے درخواست دیتے وقت سب سے بڑی غلطی کیا کرتے ہیں؟" بال کو اس کا جواب
 جانتا ہی چاہیے تھا کیونکہ اس نے ملازمت کے ساتھ ہزاروں سالوں سے زائد امیدواروں سے گفتگو
 کئے ہیں۔ اداس نے ایک کتاب لکھی ہے جس کا نام "ملازمت حاصل کرنے کے چھ
 طریقے" ہے۔ اس نے میرے سوال کا جواب دیتے ہوئے کہا: "لوگ ملازمت کے لئے
 درخواست دیتے وقت سب سے بڑی غلطی یہ کرتے ہیں کہ وہ اپنے آپ کو نہیں پہچانتے
 یہ یا کاری کا جامہ اتارنے اور صاف گوشت کی بجائے وہ اکثر ایسے جواب دیتے ہیں جو ان
 کے خیال کے مطابق آپ چاہتے ہیں۔ لیکن اس سے کام نہیں چلتا۔ کیونکہ کوئی شخص بھی کھوٹا کر
 نہیں لینا چاہتا۔ کوئی اصلی اور صاف چیز چاہتا ہے۔"

ایک بس کنڈکٹر کی بیوی کو بڑی مشکلوں سے گزرنے کے بعد یہ سب سمجھنا پڑا۔ وہ مستقبل بننا
 چاہتی تھی لیکن اس کی سب سے بڑی قیمتی اس کا چہرہ تھا۔ اس کا منہ پہاڑ جتنا چوڑا تھا اور اس
 کے لمبے لمبے دانت ہارنٹلے ہوتے تھے جب اس نے پہلی مرتبہ نیو یارک کی ایک تباہ کلب
 میں عام لوگوں کے سامنے گانے کی کوشش کی تو اسے ناکامی ہوئی کیوں؟ اس نے دیکھنے
 کی کوشش کی۔ اس نے اپنے اوپر کا ہونٹ نیچے کیسے کھینچ کر اپنے ڈانٹ چھپانے کی

کوشش کی نتیجہ ہاں کامیاق اُڑایا گیا اس کے چہرے پر ناگامی کا شہ پہ لگا گیا۔
 اس کلب میں ایک ریزک شخص بھی تھا، اس نے لڑکی کو کھاتے سنا اور وہ تار لگایا اس کے
 اندر کچھ جوہر ہے۔ ادھر دیکھو اس نے لڑکی سے دو لڑکے مخاطب ہو کر کہا۔ میں تمہارا گانا سن
 چکا ہوں۔ اور میں جانتا ہوں کہ تم کیا چھپانے کی کوشش کر رہی تھیں۔ تمہیں اپنے دانتوں سے
 شرم آتی ہے نا؟ لڑکی بہت گھبرا گئی لیکن وہ شخص کہتا گیا "کیوں کیا بات ہے؟ کیا بڑے بڑے
 دانت رکھنا کوئی خاص جرم ہے؟ انہیں چھپانے کی محنت کوشش کرو۔ اپنا پورا منہ کھولو جو جب
 تمہارے سامنے دیکھیں گے کہ تم شرماتی نہیں ہو تو وہ تمہیں ستر نکھول پر بٹھائیں گے اس کے
 علاوہ اس نے قین ذہن شناسی سے بھانپ کر کہا "جن دانتوں کو چھپانے کی کوشش کر رہی ہو
 شاید وہی تمہاری سمیت کے معاون بن جائیں۔"

کس ڈیلی نے اسی مشورے کو قبول کر لیا وہ اپنے دانتوں کے متعلق پھول گئی اور
 اس وقت سے صرف اپنے سامنے کا خیال رکھنے لگی وہ اچھی طرح اپنا منہ کھولتی اور اس
 قدر رجوش اور رطف کے ساتھ کاتی تھی کہ وہ فلموں اور ریڈیو پر ایک چوٹی کی سٹار
 بن گئی اور اب دوسرے کامیڈین اس کی نقل اٹانے کی کوشش کر رہے ہیں

شہرہ آفاق ماہر نفسیات ولیم جیمز نے جب کہا تھا کہ ایک اوسط درجے کا شخص اپنی پوری
 ذہنی صلاحیتوں کے صرف دو فیصدی حصے کو پروان پڑھاتا ہے، تو وہ ایسے لوگوں کا
 ذکر کر رہا تھا جو کبھی اپنے آپ کو نہیں پہچانتے وہ کھتا ہے "جو کچھ ہم ہیں اور جو کچھ میں ہوتا
 چاہیے۔ اگر ان دونوں کا دائرہ کیا جائے تو اس وقت تک معلوم ہوگا کہ کم صرف نیم بیدار
 ہیں ہم اپنی جسمانی اور ذہنی صلاحیتوں کو بہت گھوڑے حصے کو استعمال کر رہے ہیں۔ یہ
 صاف الفاظ ہیں یہ کہوں گا کہ وہ افراد افسانوی اپنی حدود سے بہت دور رہتے ہیں۔ وہ مختلف
 قسم کی قوتوں کے مالک ہیں جنہیں استعمال کرنے میں وہ ناکام رہتے ہیں۔"

آپ اور میں ایسی صلاحیتوں کے مالک ہیں اس لئے ہمیں ایک سائنس دان بھی اس کے متعلق

اس کی ترکیب یہ تھی کہ میں اپنے نہاتے کے ٹھہرہ آفاق اداکاروں — جان ڈریو، والٹر
ہیپنڈن، اور اوس سزنگی کامیابیوں کی وجوہات دریافت کروں گا۔ پھر میں ہر ایک کی خوبیوں کو عجائبات
ہوں گا اور ان سب کے مجموعے سے ایک نہایت اعلیٰ درجے کا میگزین جلدوں کا کتنی بڑی حثاکت
تھی! کتنی بات ہمیں بات تھی، دوسروں کی نقل اُتارنے میں کئی سال ضائع کرتا۔ پھر کہیں جا کر میری
سورہ کی کھوپڑی میں یہ بات آتی کہ مجھے اپنے آپ کو پہچاننا چاہیے کیونکہ میں حق الامکان
کچھ بھی اور نہیں بن سکتا!

چونکہ تو یہ چاہتے تھے کہ اس الٹا ٹھہری میں کوئی پادار سبق حاصل کرنا لیکن نوبہ کیجئے حساب،
کہاں میں اور کہاں سبق ہیں، میں اس قدر بدھو اور احمق تھا کہ مجھے سب کچھ دوبارہ دیکھنا
پڑا۔ کئی سال بعد میں نے فن تقریر کے موضوع پر ایک کتاب لکھنی شروع کی۔ میرا خیال تھا
کہ میں فن تقریر پر بہترین کتاب ہوگی۔ اس وقت بھی میرے سامنے وہی عقائد تھے، جو
اداکار ہی دیکھتے وقت تھا۔ میں دوسرے مصنفین کے خیالات مستعار لے کر انہیں ایک کتاب میں
سمون جیاست تھا۔ ایک کتاب جس میں تقریر کا سب کچھ ہو گا۔ میں نے فن تقریر کے موضوع کی
درجہ کی کتاب لکھی کہ میں اور ان کے خیالات کو اپنے مسودے پر نقل کرنے لگا لیکن انجام
کار ایک دفعہ پھر مجھ پر یہ روشن ہوا کہ میں حثاکت کا از کتاب کر رہا ہوں۔ دوسرے لوگوں کے
خیالات کا یہ چون کرکب جو میں نے تیار کیا ہے اس قدر گنبدک پیچیدہ اور بارگراں ہے کہ کوئی
تہریف آدمی اسے پڑھنے کی تکلیف گوارا نہیں کرے گا۔ چنانچہ میں نے اپنی ایک سال کی محنت
کو بڑی کی زینت کر دیا اور نئے سرے سے کام شروع کر دیا۔ اس دفعہ میں نے اپنے آپ
سے کہا: تمہیں دلیل کا یہ کنگی ہے! اب میں کساری خوبیوں اور خامیوں سمیت تم حق الامکان
اس کے، سو اچھے نہیں بن سکتے۔ چنانچہ میں نے دوسرے لوگوں کا چسودہ اُتارنے کا ارادہ
تک کر لیا۔ اور اپنی آستینیں چڑھا کر دہا کیا جو مجھے پہلے ہی کرنا چاہیے تھا۔ میں نے ایک
مقرر اور فن تقریر کے استاد ہونے کی وجہ سے اپنے تجربے، عقیدے اور مشاہدے

کے مطابق فنِ تعمیر پر ایک سٹب لکھی۔ میں نے بھی وہ سبق سیکھ لیا ہے۔ اور مجھے امید ہے کہ میں اسے ہمیشہ یاد رکھوں گا۔ جو سرواٹر رائے نے سیکھا تھا کہ میں اس واسطے ذکر نہیں کر رہا ہوں میں نے اس کا کوئی ٹیکسٹ نہیں لکھا تھا، نہ کہ وہ رائے تھا اس پر اپنا پاؤں رکھ کر لکھ دیکھے بلکہ اس واسطے رائے کا ذکر کر رہا ہوں جو اس کے خلاف ڈیوینوریٹی میں انگریزی ادبیات کا پروفیسر تھا، ٹیکسٹ میں ہم یہ ہو سکتی ہیں اپنی استقامت کے مطابق ایک کتاب لکھ سکتا ہوں اپنے آپ کو پہچانیے، اس معقول شور سے پر عمل کیجئے، جوار جنگ برلن نے انجام دیا جارہا ہے، گریشون کو دیا تھا۔ جب برلن اور گریشون کی پہلی ملاقات ہوئی، برلن شہرہ آفاق موسیقار تھا اور گریشون ابھی تک ہاتھ پاؤں مار رہا تھا اور میں پان ایلے میں بیٹیس ڈائر فی ہفتہ لکھنے کے حساب سے کام کر رہا تھا، گریشون کی قابلیت اور صلاحیت سے متاثر ہو کر برلن نے اسے تین گنی تنخواہ دے کر اپنا میوزیکل سیکرٹری بننے کی پیشکش کی لیکن نوکری کا مت خیال کرو، برلن نے اس شورہ دیتے ہوئے کہا، اگر تم نے ایسا کیا تو تم دوسرے درجے کے برلن بن کر رہ جاؤ گے لیکن اگر تم نے اپنا آپ بننے کی کوشش کی تو کسی روز اول درجے کے گریشون بن جاؤ گے۔“

گریشون نے اس نے اس نصیحت کو کان کھول کر سنا اور رفتہ رفتہ اپنے زمانے کا مشہور عالمِ امریکی موسیقار بن گیا۔

چارلی چپلن، اول ماجری، میری مارگریٹ، میک برائڈ، نراں اور ٹری اور ان جیسے لاکھوں دوسروں کو وہی سیکھنا پڑا تھا۔ جس کی میں اس بات میں رضامت کرنے کی کوشش کر رہا ہوں۔ انھیں بھی مشغلوں سے گزرنا پڑا جس طرح میں گزرا تھا۔

جب چارلی چپلن نے پہلی مرتبہ فلموں میں کام کرنا شروع کیا تو فلم ڈاکٹر نے اسے اپنے کے ایک ہر روز پر جن کامیڈین کی نقل کرنے پر امریکا اور توجہ سفر پر چارلی چپلن اس

وقت تک کا میرا یہ ہو سکا جس تک اس نے خود ادا کا رہی نہ کی۔ بوب ہو پ کو بھی اسی قسم کا تجربہ ہوا اس نے
 گلے اور ناپے کی کئی سال دولت لیکن کامیابی۔ اور جب اس نے بھی راستہ اختیار کیا تو کامیابی نے آگے
 بڑھ کر اس کے قدم چومے دل راہوں ایک نقطہ تک پہنچے بغیر سبوں میں نقصانی نہ ہوئی یہی رستہ تھا تاہم لیکن
 وہ بھی کامیابی ہی وقت تھا جب اس نے اپنی تعلیم مزاجی صلاحیت دریافت کی، اسی طرح زبان چلانے کا جس
 طرح رستہ کھلتا تھا۔

جب میری تاریخ تک براہِ پہلی مرتبہ ریڈیو پر گئی۔ اسی نے ایک آتش کا میدان بننے کی کوشش
 کی اور ناکام رہی لیکن جب اس نے حرف دہی کچھ بننے چڑا کتا کیا جو کچھ کہ وہ خود بھی سمجھتی تھی
 سادہ و سہل آتی لڑکی۔ وہ نیویارک کی ایک انتہائی مقبول عام اور سہل دلعزیز ریڈیو سٹار بن گئی۔
 جب ٹران اوتری ٹی اے ٹیکسی کی بجائے پچھلے چھڑنے کی کوشش کی اور شہر ہی لڑنے
 کا لباس پہن کر دعویٰ کرنے لگا کہ وہ بھی نیویارک کا رہنے والا ہے تو لوگ اس کی پیٹھ پیچھے
 ہنستے تھے لیکن جب اپنی منہ بوجھانے اور چڑا ہوں کے گیت گانے لگا تو اس اور تو کو ایک
 راستہ مل گیا اور وہ مختصر ہے ہی غریب میں ریڈیو اور فلم میں دنیا کا بہترین موسیقار چوہا بن گیا۔
 آپ اس دنیا میں ایک نئی چیز ہیں اس پر خوش ہو جائیے قدرت نے آپ کو جو کچھ دیا ہے
 اسی سے زیادہ سے زیادہ فائدہ اٹھائیے آخری تجزیہ کرنے پہما سارٹ متعین ہوتا ہے
 آپ حرف دہی کا سکتے ہیں جو کچھ کہ آپ ہیں۔ آپ حرف دہی مینٹ کر سکتے ہیں جو کچھ کہ آپ ہیں
 آپ کو وہی کچھ بنا چاہیے تھا آپ کو آپ کے تجربے، مشاہدے، آپ کے ماحول اور
 آپ کے توارث نے آپ کو بنا دیا ہے۔ بہتر ہو یا بدتر، بڑا ہو یا چھوٹا، آپ کو اپنے دماغ
 کی خود کاشت کرنی پڑی ہے۔ جیسا بھی ہو آپ کو زندگی کے آرکسٹرا میں اپنا چھوٹا سا بادی بجا دینا ہے۔
 جیسا کہ ایمرسن اپنے مضمون خود اعتمادی میں کہتا ہے۔ "شخص کی تعلیم و تربیت ہی ایک
 وقت ایسا آتا ہے جب وہ ان نتیجے پر پہنچتا ہے اور اسے یقین ہو جاتا ہے کہ زندگی بہتات
 نقالی خود کشی ہے اور براہِ راست اپنا حلقہ اسے خود لینا چاہیے اور اگر چہ وسیع کا سہت

مرسری و شادابی سے لبریز ہے، نمانج کا کوئی حائد اس کے مزے تک نہیں پہنچ سکتا جب تک کہ وہ خود اس قطارِ زمین پر رحمت نہ کرے جو اسے کاشت کے لئے بیگیا ہے اس کے اندر جو موت مقیم ہے وہ فطرت کے لئے تھی ہے اور اس کے سا کوئی نہیں جان سکتا کہ وہ کیا کر سکتا ہے اور اسے خود بھی معلوم نہیں ہو سکتا جب تک کہ وہ کوشش نہ کرے۔

ایمرن نے جو کچھ شریں کہا ہے اسی کو ایک شاعر نے آجہانی و گھس یلوچ نے یوں ادا کیا ہے:

اگر تم پیار کی چوٹی پر صبر نہیں بن سکتے۔

تو دادی میں بھاڑی بن جاؤ۔ لیکن جو بہترین چھوٹی سی
جھاڑی، پتھریں کے کنارے، جھاڑی بن جاؤ۔ اگر تم
درخت نہیں بن سکتے۔

اگر تم جھاڑی نہیں بن سکتے تو گھاس کا تنکا بن جاؤ
اور کسی شاہراہ کو سرسبز و خوشگوار بنادو۔
مگر تم مشک بو نہیں بن سکتے۔ تو فقط لیموں بن جاؤ۔
لیکن بندھ جھیل کا حین ترین لیموں!

ہم سب کپتان نہیں بن سکتے، ہمیں لاج بھی بننا ہے
یہاں ہم سب کے لئے کوئی نہ کوئی کام ضرور ہے۔
بڑا کام بھی کرنا ہے اور چھوٹا بھی۔
اور جو کام ہمیں کرنا ہے ہمارے بالکل قریب ہے

اگر تم شاہراہ نہیں بن سکتے تو صرف لکیر بن جاؤ۔

اگر تم سوچ نہیں بن سکتے، ستارے بن جاؤ۔
جسامت کے اعتبار سے نہ تم جیتے ہو اور نہ ناکام ہوتے ہو۔
جو کچھ تم بنہ بہترین بنو!

اگر ہم ایسا ذہنی رویہ اختیار کرنا چاہتے ہیں جو ہمیں امن و سکون ہم پہنچائے اور
ہمیں پریشانی سے نجات دلائے، تو اصول و مفہم یہ ہے:-
ہمیں دوسروں کی نقل نہیں اتارنی چاہیئے، ہمیں اپنے آپ کو پہچاننا چاہیئے
اور وہی بننا چاہیئے کہ جو کچھ کم خود ہیں۔

باب ۱:- منفی اور مثبت

میں اس کتاب کے لکھنے کے دوران میں ایک روز شکاگو یونیورسٹی گیا اور جانسز رابرٹ
مینارڈ میونچنر سے پوچھا: ”آپ پریشانیوں سے کیسے دور رہتے ہیں؟“ انہوں نے جواب
دی: ”میں ہمیشہ اس چھوٹی سی تعلیم پر عمل کرنے کی کوشش کرتا ہوں جو مجھے سیریز، ریڈک اینڈ
کینی کے سابق پریزیڈنٹ آجمنٹائی جوبلیس رڈن والڈ نے کی تھی کہ: ”اگر تمہیں نیوٹن
ہو تو اس سے خیریت نہ لو۔“

ایک بڑے ماسٹر تعلیم کا تو یہ طریقہ ہے لیکن ایک ہیوقوف اس کے برعکس کرتا ہے۔ اگر
وہ دیکھتا ہے کہ زندگی نے اسے کوئی ٹیوٹا دیا ہے تو وہ مایوس ہو جاتا ہے اور چلانے لگتا
ہے ”ہائے“ میں لٹ گیا ہوں، قسمت نے مجھے مار ڈالا، مجھے کوئی موقع نہ ملا، پھر وہ ساری
دنیا کے خلاف شکایات کا دفتر کھول دیتا ہے اور خود ترکی کی قسمت میں گرفتار ہو جاتا ہے
لیکن جب عقل مند انسان کو نیوٹن ملتا ہے وہ کہتا ہے میں اس مصیبت سے کیا سبق سیکھ سکتا ہوں؟
اسی اصطلاح میں نیوٹن کا پتہ چیر کر لکھتے ہیں:-

ہیں اپنی حالت کیسے سدھار سکتا ہوں؟ میں اس نبیوں شہرت کیسے نبھاسکتا ہوں؟
زندگی بھرانوں اور ان کی قوتوں کے پوشیدہ سرخیوں کا مطالعہ کرنے کے بعد عظیم ماہر
نفسیات الفریڈ ایڈلر نے اعلان کیا کہ انسان میں ایک عجیب خیز فوجی ہے کہ اس کے پاس منفی کو
مثبت، بادل دینے کی قوت ہے۔

مندرجہ ذیل ایک عورت کی دلچسپ اور دلولہ انگیز کہانی ہے اس کے متعلق میں جانتا ہوں
کہ اس نے بالکل سچی کہانی کہی، اس کا نام سنہ تھا۔ پس ہے اور اس کا پتہ متا رنگ ساندو رائیو،
نیویارک سٹی ہے۔ اس نے اپنی کہانی سنا تے ہوئے کہا: ”میرا بچپن جنگ میں میرے شوہر کو نیو میکسیکو
میں بھجوانے موجد کے قریب ایک فوجی تربیتی کیمپ میں تعینات کیا گیا، میں بھی وہیں چلی گئی۔
تاکہ اس کے پاس رہوں۔ مجھے اس جگہ سے نفرت تھی بعض تھا۔ جس اس سے پہلے کبھی بھی اتنی
نفسانہ دل اور اندر وہ نہیں ہوئی تھی جتنی کہ اب تھی۔ اسی اثناء میں میرے شوہر کو کھولنے
موجودین مانورہ کے احکام ملے اور میں ایک چھوٹی سی جھونپڑی میں بالکل تنہا رہ گئی۔ گرمی
نا قابل برداشت تھی۔ ٹائپ مچھنی کے سامنے میں درمیان مدت ۱۱۰ گھنٹے پہنچ جاتا تھا۔
میکسیکو اور مہیشیوں کے سوا دہاں بات چیت کرنے کے لئے بھی کوئی دوسری مخلوق
نہیں تھی اور وہ انگریزی سے نابل اور میں ان کی زبان سے نا آشنا۔ ہر وقت ٹوہلی رتی تھی
میرا کھانا مینہ سے بھر جاتا تھا، میں فضائیں میں سانس لیتی تھی۔ وہ بھی ریت سے اٹی ہوئی
تھی، ہر طرف ریت ہی ریت تھی۔

”میں اس قدر دکھی تھی کہ مجھے اپنے اوپر تڑپ آنے لگا اور گھبرا کر اپنے والدین کو لکھ دیا
کہ میں اس جگہ کو چھوڑ کر گھر واپس آ رہی ہوں، میں نے انہیں لکھا کہ میں یہاں کی زندگی ایک
منٹ کے لئے بھی برداشت نہیں کر سکتی، اس سے قریب کی چار دیواری ہی اچھی ہے۔ ابا
جی نے اسی کے جواب میں ہر طرف دوسطریاں بھیجیں۔ ان دوسطروں نے میری زندگی کی کیا
پلٹ دی اور یہ ہمیشہ میرے حافظے میں گنگناہاتی رہی گی۔

دو آدمیوں نے جیل کی سلاخوں سے جھانک کر باہر دیکھا۔

ایک نے تارے دیکھے اور دوسرے کو کچھ نظر آئی۔

”ہم نے ان دونوں سطروں کو بار بار پڑھا، مجھے اپنے اوپر شرم آنے لگی۔ میں نے یہ معلوم کرنے کا ہمت کر لیا کہ موجودہ حالات میں مجھے بہترین چیز کیا مل سکتی ہے؟ میں ستاروں کی تلاش کروں گی۔

”میں نے پہلی ہفتوں کے ساتھ دوستی پیدا کر لی، ان کے رد عمل نے مجھے حیران کر دیا جب میں نے ان کی پارچہ بانی اور ظروف سازی میں دلچسپی کا اظہار کیا تو انہوں نے مجھے اپنی ایسی شاذ اور چیزیں بطور تحفہ دیں جنہیں وہ سیاحوں کے پاؤں بھی پہنچنے سے انکار کر دیتے تھے۔ میں نے ٹاگ کھینچ، کینکس، کلاسوس، منا پودا، اور جو شواہد ایک امریکی درخت، درختوں کی مختلف دکش شکلوں کا مطالعہ کیا، خروش کیا ہی کے متعلق بہت سی معلومات حاصل کیں۔ سمندر میں آفتاب کے طلوع اور غروب ہونے کے اظہاروں کو دیکھنی، سمندری سیپوں کی تلاش کرتی جودھاں لاکھوں سالوں سے پڑے تھے جب کہ صحرائی ریت ذرت سمندر پہنچ کر قیامت مچتی۔

”مجھ میں یہ تعجب خیز تبدیلی کیسے پیدا ہوئی؟ میرے مودیہ نہیں بدلا تھا، جی نہیں بدلے تھے لیکن میں فوراً بدل گئی تھی، میرا ذہنی رویہ بدل گیا تھا اور ایسا کرنے سے میں نکتہ و فلکات کے تجربے کو اپنی زندگی کی ایک نہایت ہی دلور انگیز جہم میں متعلق کرنے میں کامیاب ہو گئی۔ میں نے یہ ایک نئی دنیا دریافت کی تھی جس نے میرے اندر ایک نیا دلول اور جوش پیدا کر دیا تھا، اس نے میرے جذبات کو اس قدر اکبار دیا کہ میں نے اس کے متعلق ایک ناول لکھا جو روشن پتے کے نام سے شائع ہوا۔ میں نے اپنے بتائے زندان کی سلاخوں سے باہر بھاگنا اور ستاروں کو پایا۔

مسٹر تھاہین، تم نے ایک پرافت حقیقت کو دریافت کر لیا جس کا پانچو سال قبل از

سیاحین بانی پر چاڑھ کر دیتے تھے بہترین چیزیں انتہائی مشکل ہوتی ہیں :
 ہیری ہیرن فوسنگ اسے بیوی مدد میں یوں دہراتا ہے "خوشی زیادہ تو فخر ہے
 طبع نہیں ہوتی، یہ عموماً فتح ہوتی ہے" ہاں فتح جو کہ کارنامے، کامیابی اور غلبہ کو شریعت بنا
 دینے کے احساس سے پیدا ہوتی ہے۔

میں ایک مرتبہ فلوریڈا میں ایک خوش باش کسان سے ملا جس نے زہریلے نیو سے شیریں
 شربت بنا ڈالا جب اسے پہلے پہل یہ فارم ملا تو وہ بہت مایوس ہوا۔ زمین اس قدر زخمی تھی کہ وہ
 نہ تو اس پر پھل پیدا کر سکتا تھا اور نہ سور پال سکتا تھا، وہاں شاہ بلوط کی جھاڑیوں اور کچی
 ناگوں کے سوا کچھ پیدا نہیں ہوتا تھا، پہلے سے ایک ترکیب سوچی، اس نے اس بوجھ کو جاندا
 بنا ڈالا، لوگوں کو یہ دیکھ کر تعجب ہوا کہ اس نے چکی ناگوں کا گوشت ڈبوں میں بند کر کے دساؤ
 بھیجنا شروع کر دیا، چند سال ہوئے جب میں اسے ملے کیا تو میں نے دیکھا کہ ہر سال تقریباً
 میں ہزار اشخاص چکی ناگوں ولے اس فارم کو دیکھنے کے لئے دو دروازہ کھول کر کھاتے
 ہیں اس کا دروازہ اولور انگریز تھا اس کے چکی ناگ جہازوں میں بھر کر دور دور کے ملکوں کی

یہاں لڑکیوں بن بھیجے جلتے ہی جہاں ان کے تریاق بنایا جاتا ہے، چکی ناگوں کی کھادیں بنائی
 ہوتیاں اور کئی بیگ بنائے جاتے ہیں۔ دور وہ برکاتیت پر پہنچتے ہیں چکی ناگوں کا گوشت ڈبوں
 میں بند کر کے روئے زمین کے پتے پتے کے گاؤں کے لئے دساؤ بھیج جاتا ہے۔ میں غلام
 کا بقصیر چھٹ، رٹو خرید اور اسے گاؤں کے مقامی پوسٹ آفس سے پیر ڈاک کیا، اس
 ڈاک خانے کا نیا نام اس کسان کے اعوان کے ناگ فلوریڈا رکھا گیا ہے جس نے ایک نہریلے
 نیو سے شیریں شربت بنا ڈالا۔

میں نے امریکہ کے اوپر نیچے، دائیں بائیں بار بار سفر کیا مجھے دو جہزوں ایسے مرد محروموں
 سے ملے کاموٹج ہے جنہوں نے اپنی قوت بازو سے منہی کو ثبت میں بدل ڈالا :

"دہرائوں کے بارہ خالصین کے مصنف ولیم ولیمو سے یوں بیان کرتے ہیں دنیا میں اہم

ترین چیز نہیں ہے کہ تم اپنے منافع کو بڑھاتے رہو جو خوف بھی ایسا کر سکتے ہیں۔ درحقیقت ہم ترین چیز یہ ہے کہ تم اپنے خسار سے بے غرض ہو کر وہاں ذہانت کی ضرورت پڑتی ہے اور یہی غلطی اور جو خوف کے درمیان حد تک اصل قائم کر رہے۔

بولیتو نے یہ الفاظ اسی وقت کہے تھے جب ریل کے ایک حادثے میں اس کی ایک ٹانگ جاتی رہی تھی لیکن میں ایک شخص کو جانتا ہوں جس کی دونوں ٹانگیں ضائع ہو چکی تھیں اور پھر بھی اس نے منفی کو مثبت بنادیا۔ اسی کانام میں فورٹ سمیٹے میں نے اسے اٹلانٹا رجارجی کے ایک ہسپتال کی خدمت میں دیکھا تھا یہ خوش باش اور مسکراتا ہوا آدمی جو اپنی دونوں ٹانگوں سے سزیم ہو چکا تھا لفت کے ایک کونے میں بیسوں والی ایک کرسی پر بیٹھا ہوا تھا۔ جب لفت اس کی طرف کے قریب ٹھہری تو اس نے نہایت سائنکی سے مجھ سے کہا: ”اگر آپ ذرا اس کونے کی طرف سرک جائیں تو میں زیادہ آسانی سے اپنی کرسی کو سمجھال لوں گا۔ آپ کو تکلیف دینے کا مجھے افسوس ہے۔“ اور جب اس نے یہ الفاظ کہے۔ ایک مٹیس اور نرم خیز مسکراہٹ نے اس کے چہرے کو روشن کر دیا۔

جب لفت سے اتر کر اپنے کمرے میں پہنچا تو میں اس خوش باش آدمی کے سوا کچھ اور سوچ ہی نہ سکا، چنانچہ میں نے اسے کھانسی کی ادوا اس سے اپنی کہانی سنانے کو کہا۔ یہ ۱۹۲۱ء کا واقعہ ہے اس نے سہارنے ہوئے جواب دیا: ”میں اپنے باغ میں بوٹے کی بیلیوں کو سہارا دینے کے لئے آخری ڈھک کا پھڑپھڑ کا ایک گٹھا کاٹنے گیا تھا۔ اپنی ذڑپ پر پھڑپایاں لگا کر گھر کی طرف آ رہا تھا، جب تک ایک پھڑپھڑی پھیل کر ہمارے نیچے آگئی اور میں اس وقت جبکہ یہ موڑ کاٹنے والا تھا اس نے ٹیبلٹنگ کے پیرزوں کو جام کر دیا۔ اس کا ایک ہاتھ کے ساتھ صوفائی اور مجھے ایک درخت پر دسے مارا۔ میری کمرزخمی ہوئی اور انگلیں مفلوج۔“ اس حادثے کے وقت میری عمر جو بیس سال کی تھی اور اس کے بعد یہ آج تک ایک قدم بھی نہیں چل سکا۔

چونکہ میں سہل کی عمر اور سہانی زندگی بھر کے لئے پیٹوں والی کرکھا کی سزا میں نے اس سے پوچھا۔ آپ نے اتنی برأت اور حوصلے کے ساتھ اس چیز کو گینے قبول کر لیا، اس نے جواب دیا۔ نہیں صاحب، ایسا کہاں ہوا۔ میں غصے سے ہانگ بڑھانا۔ بغاوت پر آمادہ ہو جاتا، اپنی قسمت کا گیکہ کرتا۔ لیکن جوں جوں وقت گزرنا گیا، مجھے احساس ہونے لگا کہ میری بغاوت سے تلخی کے سوا کوئی نتیجہ برآمد نہیں ہوتا، انجام کار میں نے محسوس کیا کہ دوسرے لوگ میرے ساتھ جبرودی اور جہر بانی سے پیٹ آتے ہیں۔ پیناچ میں زیادہ نہیں اتنا تو کر سکتا ہوں کہ ان کے ساتھ جبرودی اور جہر بانی کا بڑا ڈکروں۔“

میں نے اس سے پوچھا۔ اتنے سال گزر جانے کے بعد کیا آپ اب بھی یہ محسوس کرتے ہیں کہ یہ حادثہ آپ کے لئے بڑی درونک معیبت کا باعث بنا؟ اس نے تیزی سے کہا ”نہیں اب مجھے تقریباً خوشی ہے کہ یہ حادثہ رونما ہوا۔ اس نے مجھے بتایا کہ جب میں اس صدمے اور آرزو کی پر غالب آ گیا، میں ایک نئی دنیا میں رہنے لگا۔ میرے اندر صلہ کے کاغذ پھیل گیا۔ ہو گیا اور دنیا نے عافیہ کو بڑے ذوق شوق سے پڑھے لگا۔ میں نے اس جو وہ سالوں میں کم از کم چودہ سو کتابیں پڑھی ہوں گی۔ ان کتابوں نے میرے سامنے نئی دنیاؤں کے دروازے کھول دیئے ہیں۔ اعلیٰ میری زندگی کو اس قدر پرسکون، اور سترت بخش بنا دیا ہے کہ جس کا میں حصول بھی نہیں کر سکتا تھا۔ میں ابھی موسیقی سننے لگا اور وہ عظیم معنی میں پہلے جنہیں میں کر رہا ہوں تھا۔ فضا اب میرے اندر ایک نیا دھولہ اور جوش پیدا کر رہی ہے لیکن سب سے بڑی تبدیلی یہ ہوئی کہ مجھے سوچنے کے لئے وقت ملی گیا۔ میں اپنی زندگی میں پہلی مرتبہ اس دنیا کو حقیقی تناظر میں دیکھنے اور غوروں کا صحیح احساس حاصل کرنے میں کامیاب ہوا۔ مجھے اندازہ ہوا کہ بہت سی چیزیں پہلے جن کے مجھے میں بھگا کر سمجھا، اور حقیقت حیران اور بے وقعت ہیں۔“

اس صلہ کے نتیجہ میں ہوا کہ اسے سیاست سے دلچسپی ہو گئی، وہ عوام کے مسائل کا

مطالعہ کرتا اور اپنی پیسوں والی کرسی پر بیٹھ کر مجلس میں تقریریں کرنے لگا۔ وہ لوگوں کو جاننے لگا اور لوگ اسے جاننے لگے اس کا نتیجہ یہ نکلا کہ آج بن فورٹ سن۔ اگرچہ وہ ابھی تک اپنی پیسوں والی کرسی ہی پر ہے۔ ریاست ہارسیا کا وزیر داخلہ ہے۔

بہن بچھلے پتیس سال سے بنو یارک شہر میں تعلیم بالغال کی جوتوں کو پڑھا رہی ہیں، میں نے اس عرصے میں معلوم کیا ہے کہ اکثر شایع حقیقت کو ایک بڑا ناسف یہ ہے کہ وہ کبھی کالج نہیں جاسکتی ان کے خیالات سے یہ ظاہر ہوتا ہے کہ کالج کی تعلیم کا نہ ہونا زندگی کی ایک بڑی رکاوٹ ہے۔ یہی وثوق ہے کہ سکتا ہوں کہ ان کے آئندہ انتہائی سو فی صدی درست نہیں ہیں۔ کیونکہ میری ایسے ہزاروں کامیاب شخصوں کو جانتا ہوں جو کبھی ہائی سکول سے آگئے نہیں بڑھے۔ بخیر میں اپنے ان طالب علموں کو اکثر ایک آدمی کی سرگزشت سنانا ہوں جس کے متعلق میں جانتا ہوں کہ اس نے اپنی ابتدائی تعلیم بھی مکمل نہیں کی تھی۔ اس نے انتہائی عزت و محبت میں پرورش پائی جب اس کے باپ کا انتقال ہوا۔ تو اس کے کفن کا بندوبست نہ ہو سکا اور مرحوم کے دوستوں کو مدخل دینا پڑا۔ اس کے باپ کی موت کے بعد اس کی ماں وی گھٹنے روڑا نہ چھتر پڑی کی ایک فیکٹری میں کام کرنے لگی، کچھ کام گھر پر بھی لے آتی اور گیارہ بجے رات تک اسے پورا کرنے میں مصروف رہتی۔

اس رٹکے نے ایسے حالات میں پرورش پائی جب اس نے ہوش بنبھالا۔ وہ مقامی گرجے کا کلب کے تقریبی ڈراموں میں حصہ لینے لگا۔ اداری نے اس کے اندر اس قدر دہولہ اور جوش پیدا کر دیا کہ اس نے تقریباً پتیس سال کی عمر میں وہ نیو یارک ریاست کی مقننہ کارکن منتخب ہو گیا۔ لیکن پتیس سال سے وہ اس ذمہ داری کے لئے تیار نہ تھا۔ اس نے مجھے بتایا کہ وہ حقیقت میں بالکل نہیں جانتا تھا کہ یہ کیا ہے کیا؟ اس نے طویل اور پیچیدہ باتوں کا مطالعہ کیا جن کے متعلق یہ ذرا بھی نہیں سمجھتا کہ وہ ان پر صحت دے گا۔ لیکن جہاں تک اس کا تعلق تھا، ان باتوں کو خواہ جیشوں کے

زبان میں کچھ جابجائتا اس کے لئے کوئی فرق نہ پڑتا جب اسے جنگلات کا کھیتی کار بنایا گیا تو وہ اور بھی پریشان ہو گیا کیونکہ اس نے جنگلی ہی کبھی قدم نہیں رکھا تھا۔ جب اسے ریاستی بانک کا ریکیشن کارکن امر دیا گیا۔ تو اس کی بوکھلاہٹ میں مزید اضافہ ہو گیا کیونکہ اس نے خود مجھے بتایا کہ میں اس قدر دل نکتہ ہذا کا اگر میں شرم کو بلا لئے طلاق رکھ کر اپنی والدہ کے سامنے اپنی شکست کا اقرار کرتا تو میں نے مجلس دستور ساز سے کبھی کا استعفیٰ اٹھے دیا ہوتا۔ بابوسی کے علم میں اس نے دل میں یہ ٹھکان لی کہ وزیر امور لڑ گھنے ٹھکان کرے گا اور اپنے جہالت کے نیو کو ظلم کے شرمت میں تبدیل کر کے رہے گا۔ ایسا کرنے سے وہ ایک مقامی سیاست ایک قوی شخصیت بن گیا اور اس نے اس قدر اہمیت اور شہرت حاصل کی کہ نیویارک ٹائمز نے اسے نیویارک کا محبوب ترین شہری قرار دیا۔ میں آل سمٹھ کا ذکر کر رہا ہوں۔

دس سال بعد آل سمٹھ نے خود آموزی سیاست کے متعلق اپنا پروگرام پیش کیا۔ وہ حکومت نیویارک کی سب سے بڑی شخصیت تصور کیا جاتا تھا۔ وہ جبار دفعہ سیاست نیویارک کا گورنر منتخب ہوا اور یہ ایک ریکارڈ ہے جسے کوئی دور شخص نہیں توڑ سکا۔ ۱۹۲۸ء میں ڈیموکریٹک پارٹی کی طرف سے صدارت کا امیدوار تھا۔ یہ شخص جس نے سکول میں صرف ابتدائی تعلیم حاصل کی تھی، اسے کولمبیا اور ہارورڈ جیسی چھ عظیم یونیورسٹیوں نے اعزاز دی دکھایا دیں۔

آل سمٹھ نے مجھے بتایا کہ اگر کسی اپنے منہ کی مثبت پانے کے لئے سولہ سولہ گھنٹے روزانہ محنت نہ کرتا تو آج میں کچھ بھی نہ ہوتا۔

میں نے کامیاب انسانوں کی زندگیوں کا جس قدر مطالعہ کیا ہے۔ اتنا ہی میرا یقینی نتیجہ برتا گیا ہے کہ ان لوگوں کی کامیابی کی وجہ یہ ہے کہ انہوں نے نہ کامیابیوں اور مشکلات کے آغاز کیا جنہوں نے ان کی عظیم کامیابیوں اور فتح مندوں کیلئے ہمیز کا کام دیا۔

لے صدر ٹرومین کا تعلق اسی پارٹی سے ہے +

یہ ہماری کمزوریاں غیر متوقع طور پر ہماری امداد کرتی ہیں۔“

ہاں یہ بالکل ممکن ہے مگر بہترین شاہری خاندان نے کچھ رکھا کہ وہ اندھا تھا۔ یہ عورتوں نے جو سچی کی آفاق دھنوں ایک اویس کینو کو وہ بہرہ تھا بہلن کیلر کی درخشاں حیات کے پیچھے اس کی عدم بصارت اور بہرے پن کا اکتھ ہے۔

اگر چیکو کی اپنی المناک شادی سے باہر ہو کر خود کشی کرنے کے لئے تفریب آمادہ ہو جاتا، اگر اس کی اپنی زندگی دردناک نہ ہوتی تو وہ شاید کبھی بھی اپنی غیر فانی "رقتِ انجیز" سمجھتی ہی نہ ہو سکتا۔

اگر وہ سونہری اور انسانی کی زندگیاں دیکھ بھری اور اذیت ناک نہ ہوتی تو غالباً وہ کبھی بھی اپنے غیر فانی نادر تصنیف نہ کر سکتے۔

”گریم آنا پڑا یعنی نہ ہوتا۔ وہ شخص بکھتا ہے جس نے زندگی کا سانس ہی نظریہ بدل دیا تھا۔ اگرچہ آنا پڑا یعنی نہ ہوتا۔ تو شاید میں آنا پڑا کام نہ کر سکتا تھا کہ میں نے کہا ہے۔“ یہ چارلس دارون کا اعتراف تھا کہ اس کی کمزوریوں نے خلاف توقع اس کی مدد کی۔

جس رے چارلس دارون انگلستان میں پیدا ہوا تھا اسی دن کینو کے جنگلات میں ایک سڑک کی جمو پڑی میں ایک اونچے نے جنم لیا، اس کا کمزوریوں نے بھی اس کی مدد کی۔ اس کا نام ابراہیم لیکن تھا۔ اگر اس کی پرورش کسی شاہی خاندان میں ہوتی تو اس کا نام یونیورسٹی نے تانوں کی ڈگری حاصل کرتا اور اس کی ازواجی زندگی خوش اور مرقی تو اس کی گھبراہٹوں میں یہ پھر پھر پڑنے والے الفاظ شاید کبھی نہ ابھرتے جنہیں اس نے چھٹی ڈیگ کے میدان جنگ میں غیر فانی بنالیا اور نہ وہ مقدس نظم ہی وجود میں آتی جسے اس نے اپنی مصالحت کے

دوسرے انتہائی جلدی پڑھا تھا۔ مجھے کسی سے عدالت نہیں ہے، میں سب کے ساتھ فیاضی کا ہوتا دیکر ناچتا ہوں۔۔۔۔۔ کسی بھی حکمران نے مشاہیر ان سے زیادہ سین (میں) کو پتہ نہ لیا۔

لے نگر

ہیری ایمرسن فرسٹنگ کتب باطنی قوت کی کہ کتاب ہے۔ سکندڑے نیویا کی ایک کہادت ہے کہ بادشہائی نے جہازوں کو جنم دیا۔ اکیلا کہادت کو ہم سب مشعلی راہنما کہتے ہیں۔ کیا آپ کبھی یہ خیال کر سکتے ہیں کہ پرامن اور خوش فکرا زندگی، مشکلات کی علم موجود گلا آرام اور سہولت، نفی نقبہ کوئی ایسی چیزیں ہیں جو لوگوں کو فیک یا سرور بنا سکتی ہیں، اس کے بغیر جو لوگ اپنے اوپر ترس کھاتے ہیں نادری ہو چکے ہوں وہ آرام سے چھو لوں گی بیک پوراز ہونے کے باوجود اپنے اپنا پڑوس کھاتے ہیں گے لیکن تارکے نہیں رہتا ہی ہوں۔

کڑا آرا فاقی خوشی صرف انہی لوگوں کا حصہ رہا ہے جو اپنی ذمہ داریوں کو نبھانے کے لئے اچھے بے وساز کار اور تہ سازگار قسم کے حالات میں سے گزرے اس لئے ہی پھر کہتا ہوں کہ بادشہائی نے جہازوں کو جنم دیا ہے۔
 زمین کیجئے ہم اس قدر دل شکستہ اور مایوس ہو جاتے ہیں کہ ہمیں ہمسو سے نہایت جسے کی کوئی امید ہی نہیں رہتی۔ پھر ان دو وجوہات کی بنا پر ہمیں دوبارہ کوشش کرنی چاہیئے۔
 اول۔ ہم کامیاب ہو سکتے ہیں۔

دوم۔ اگر ہم کامیاب نہیں بھی ہوتے۔ پھر بھی منفی کو مثبت میں تبدیل کرنے کی حیرت کرنے کی کوشش ہی ہمیں سچھے کی طرف دیکھنے کی بجائے آگے بڑھنے کی طرف اگساٹے گی یہ ہمارے منفی خیالات کی جگہ مثبت خیالات کو دیدے گی یہ ہماری تخلیقی قوت کو آزاد کرے گی اور ہمیں اس قدر معزوف ہونے میں مدد دے گی کہ ماضی اور گزشتہ واقعات و معاملات پر ہم کرنے کے لئے نہ تو ہمارے پاس دلت ہوگا اور اس طرف ہمارا رجحان جائے گا۔

جبے تھوہ عالم وائلن نواز، ادلی پلی پیس میں اپنے کیالات کا مظاہرہ کر رہا تھا۔
 اچانک ان کے وائلن کا مارٹ گیا ٹکین اول پلی نے فنڈا تین تا مدوں پر اپنی فلسہ پائیے تکیں کہتہ پہنچا دیا۔ ہیری ایمرسن فرسٹنگ کہتا ہے کہ زندگی اسی کا نام ہے کہ تار کو

تو نہ تو تین تاروں پر اپنے نفعے کو انجام تک پہنچایا جائے۔
یہ صرف زندگی ہی نہیں، بلکہ زندگی سے کچھ بڑھ کر ہے۔ یہ زندگی پر ہے،
اگر مجھے اتنا اختیار ہوتا تو میں ولیم بولیتھو کے مندرجہ ذیل الفاظ کا نسخہ کی تختی پر منتقل
کر دیا کہ انہیں روئے زمین کے تمام سکھوں میں لٹکا دیتا۔

”دنیا میں اہم ترین چیز یہ نہیں ہے کہ تم اپنے منافع کو بڑھاتے رہو، بیوقوف بھی ایسا کہ
سکتے ہیں، درحقیقت اہم ترین چیز یہ نہیں ہے کہ تم اپنے خسارے سے منافع حاصل کرو۔ یہاں
ذہانت کی ضرورت پڑتی ہے۔ اور یہی عقلمند اور بیوقوف کے درمیان حد درجہ امتیاز کا رکن ہے۔
اگر ہم ایسا فرضی رویہ اختیار کرنا چاہتے ہیں جو ہمیں امن و سکون ہم پہنچائے اور ہمیں پیشانی
سے نجات دلائے تو اصول ملا یہ ہے۔“

جب قسمت آپ کو کوئی غمزدہ دے تو اس سے شریعت بنائیے :

باب ۲۔ خدمت گار اور اشار

جب میں نے یہ کتاب لکھنے شروع کی میں نے اعلان کیا کہ پریشانیوں پر غائب کے متعلق جو شخص
بہترین اور ولولہ انگیز کہانی لکھ کر بھیجے گا اسے دو سو ڈالر انعام دیا جائے گا۔
اس مقابلے کے تین بج تھے۔ ایڈوان رکن بیکر پریذیڈنٹ ایڈیٹرن ایبرہامز ڈاکٹر ڈیوڈ وارٹ
ڈبلیو۔ میک کملینڈ پریذیڈنٹ ٹیکنیکل میوریل یونیورسٹی۔ آئیچ۔ وی۔ کائن برن، ریڈیو کی خبروں
کے تجزیہ نگار۔ تاہم دو کہانیاں اتنی شاندار اور دلچسپ موصول ہوئیں کہ ان میں سے انتخاب
ناممکن ہو گیا۔ چنانچہ ان دونوں میں انعام برابر تقسیم کر دیا گیا۔ ان میں سے ایک کہانی مندرجہ ذیل
سے یہی سی۔ آر۔ بیڈن ۱۹۶۷ء کی کرکٹسٹریٹ، سپریمٹ فیلڈ (مسوری) نے بھیجی تھی۔ وہ مسوری
کا ایک مڑوں کا دکان میں کام کرتا ہے۔

مسٹر بیرٹن نے کھانا سال کی عمر میں اپنی او بارہ سال کی عمر میں اپنے باپ کے سایہ سے محروم ہو گیا۔ میرا باپ ہلاک ہو گیا تھا۔ بیسویں میری ماں انیس سال ہوئے، صرف گھر سے نکل گئی تھی اس کے بعد میں نے اسے کبھی نہیں دیکھا۔ اور نہ ہی اپنی دونوں بہنوں کے کبھی لاہوں جنہیں وہ اپنے ساتھ لے گئی تھی۔ اپنے جانے کے سات سال بعد تک اس نے مجھے کبھی خط لکھا تھا، میری ماں کے جانے کے تین سال بعد میرا باپ ایک حادثے میں ہلاک ہو گیا۔ اس نے ایک اور شرمیک کار کے ساتھ مل کر ریاست مسوری کے ایک چھوٹے سے شہر میں ایک ہوٹل خریدا تھا، ایک روز میرا باپ کام سے کہیں باہر گیا، ہوا تھا اس کی غیر محرمی سے فائدہ اٹھا کر اس کے خریک کار نے ہوٹل بیچ کر رقم کھری کی اور خود نو دو کیا رہا ہو گیا۔ ایک دوست اباجی کو تار سے کر تحقیقت حال سے مطلع کیا اور انہیں جلدی گھر آنے کو کہا، اسی غفلت میں انکی کار کو حادثہ پیش آ گیا اور وہی راستے ہی ہلاک ہو گئے۔ انا لٹہ وانا امیر راجپوتوں میں سے والد کی دو بہنیں تھیں، وہ بے حد غریب، محتاج، بوڑھی اور بیمار تھیں۔ پھر بھی وہ میرے بہن بھائیوں کو اپنے گھر لے گئیں۔ مجھے اور میرے ایک چھوٹے بھائی کو کوئی بھی اپنے پاس نہیں رکھنا چاہتا تھا، جی شہر والوں کے رحم و کرم پر چھوڑ دیا گیا۔ ہم یتیم کھانا اور یتیموں کا سا سلوک کئے جانے کے خوف سے کانپ رہے تھے۔ ہمارا ڈوبے خیا و ثابت نہ ہوا بلکہ جلد ہی مادی صورت اختیار کر گیا۔ میں کچھ عرصہ تک اس شہر کے ایک غریب خاندان کے ساتھ رہا، وقت ملازمت تھا، خاندان کے سربراہ کی ملازمت چھوٹ گئی۔ چنانچہ اب ان ہی اتنی نہیں رہی تھی کہ وہ میرے کھانے پینے کے اخراجات برداشت کر سکیں۔ اسی اثنا میں مسٹر وٹسن اور اس کا بیوی شہر میں آئے اور وہ مجھے گیارہ میل دور اپنے زراعتی فارم پر اپنے ساتھ لے گئے۔ مسٹر وٹسن کی عمر ستر سال سے تھی اور وہ بوجی تھا۔ وہ پاؤں پر مشعل چومنے کی وجہ سے وہ بستر کا رو گی سوچا تھا اس نے مجھ سے کہا تم جب تک چھوٹ نہیں ہوتے چوری نہیں کرتے، جو کچھ تمہیں کسے کو کہا جائے اس کی خلاف ورزی نہیں کرتے، یہاں ٹھہر سکتے ہو یہ تینوں احکام میری بائبل میں لکھے

میں ان پر سختی سے عمل کرتا تھا، یہ سکول میں داخل ہو گیا لیکن پہلے پہلے ہفتے سکول نہ گیا، اور بچوں کی طرح گھر پر روئے لگتا۔ آخر میں باقاعدگی سے سکول جانے لگا۔ دوسرے لڑکے لڑکیوں نے جب ایک نیا شکار نہ بچھا تو وہ مجھ پر چڑھ چھوڑے، وہ میری موٹی ناک کا مذاق اڑاتے، مجھے کوٹنگا اور تیم چھوڑ کر کہتے اور طرح طرح سے تاتے، میں ان سے تنگ ہوتا کہ میرا جی اللہ سے لڑنے کو جانتا لیکن مجھ اپنے گھر رکھنے والا کیا اس مشروطین میں کب کب کھڑے ہو کر لڑنے اور مقابلہ کرنے کی نسبت لڑائی سے گریز کرنے کے لئے زیادہ بڑا آدمی بننا پڑتا ہے، اس لئے میں اپنی خواہش کے باوجود ان کے ساتھ لڑنے سے پہلو ہتی کرتا لیکن ایک روز جب ایک بچہ کمرے سے سکول کے صحن سے چرنوں کی بیٹیں اٹھا کر میرے منہ پر پھینکیں تو مجھے بھی سخت غصہ آیا، میں نے اسے خوب پی بھر کر پیٹا اور اس واقعے کے بعد وہ لڑکے میرے دست بن گئے، انھوں نے مجھ سے کہا کہ تم نے ہاگل ٹھیک کیا ہے۔

مشروطین کی بیوی نے مجھے ایک نئی ٹوپی خرید کر دی تھی، اور میں اس پر ڈاناز کرتا تھا۔ ایک روز ایک بڑی لڑکی نے آگے بڑھ کر اسے میرے سر سے اچک لیا۔ اس نے اس پانی بھر کر اس کا ستیاناس کر دیا۔ پھر اس نے مجھ سے کہا، یہ تو میں نے اس میں پانی اس لئے بھرا ہے تاکہ تم اس کا بھروسہ کر کے بھری ہوئی کھدی پڑی تہ ہو جاؤ اور وہ جاوڑوں کا کھانا بننے سے محفوظ رہے۔

میں سکول میں کبھی نہیں رو دیتا لیکن گھر آ کر سارا گرد و غبار نکال لیا کرتا تھا۔ پھر ایک روز مشروطین کی بیوی نے مجھے ایک نصیحت کا جس نے میری ساری پریشانیوں اور شکلوں کا خاتمہ کر دیا اور میرے دشمنوں کو دوست بنا دیا، راضی اگر تم ان میں دلچسپی لینے لگو اور سوچو کہ تم ان کے لئے کیا کر سکتے ہو تو وہ کبھی بھی تمہیں تھیم چھوڑ کر انہیں کہیں گے اور نہ تمہیں دق کریں گے۔ میں نے اس کا نصیحت مان لیا کرتی اور اسے پتہ پاندو دیا۔ میں سخت سے پڑھنے لگا اور طلبہ کی جماعت میں بولنے آئے۔ میرے ساتھ کبھی حسد نہیں کیا گیا، کیونکہ میں اپنے ہم جماعتوں کی سب طرح مدد کیا کرتا

ہیں۔ میں نے کئی دفعہ ڈاکٹر ٹوپ سے لڑ دیکھا ہے، لیکن میں نے ان سے زیادہ بے
عزف شخص کوئی نہیں دیکھا اور نہ میرا خیال ہے کہ زندگی سے کسی نے ان سے زیادہ
لطف اٹھایا ہوگا۔

اس بستر کے روگی نے زندگی سے کیے اتنا لطف اٹھایا ہی آپ کے سامنے ہو رہے
ہیں، کرتا ہوں۔ کیا اس نے شکوہ شکایت اور نکتہ چینی کر کے ایسا کیا؟ نہیں۔۔۔۔۔ کیا اس
نے اپنے اوپر ترس لکھا اور دوسروں سے مطالبہ کر کے وہ توجہ کا مرکز بنے اور سب اس کی دیکھ
مبائل کریں؟ نہیں۔۔۔۔۔ یہ بھی غلط ہے اس نے پرنس آف ویلز کے ایک ماٹو کو اپنا ماٹو اختیار
کر کے ایسا کیا۔ یہی فحاشی ہوں۔ اس نے دوسرے بیماروں کے نام اور پتے جمع کئے،
انہیں وہ مسرت انگیز اور حوصلہ افزا خطوط لکھتا۔ اس طرح نہ صرف وہ ان کا دل بڑھاتا بلکہ
خود اسے بھی بڑا سکون اور اطمینان حاصل ہوتا۔ پھر اس نے ایک کلب قائم کی، بیماروں کو اس کا
مہم بنایا اور انہیں ایک دوسرے کو خط لکھنے پر آمادہ کیا۔ اسی نے بڑھتے پڑھتے ایک قوی ادارے
کی حیثیت اختیار کر لی جسے شہنشاہی سوسائٹی کہتے ہیں۔

بستر پر پڑے پڑے وہ سان بھری تقریباً چودہ سو خطوط لکھتا، ہزاروں بیاروں
کے لئے ریڈیو اور کتابیں اکٹھی کرتا اور انہیں خوشی اور مسرت سے آشنا کرتا۔

ڈاکٹر ٹوپ اور بہت سے دوسرے لوگوں میں کیا فرق ہے؟ صرف یہ کہ ڈاکٹر ٹوپ کا
ہاتھ رشتے سے منور تھا، اس کے سامنے ایک نصیب اللہ تھا، وہ جانتا تھا کہ وہ ایک اعلیٰ
کے لئے جدوجہد کر رہا ہے جو تقیہ، شریف اور غلط فہمی سے وہ اپنی تکلیفوں اور دکھوں
کی شجاعت کر کے دوسروں کو رنجیدہ نہیں کرتا اور نہ اپنی اہمیت جاننے کے لئے دوسروں
کے سامنے یہ روڑے اٹھاتا تھا۔

علم اور امن انسان کا شہرہ آفاق اور ڈاکٹر الفریڈ ایڈلر اپنے خفقا فی مریضوں سے
کہا کرتے تھے۔ اگر آپ اس شخص پر عمل کریں گے تو آپ جو وہ دن کے اندر اندر مصیبت

ہو جائی گے۔ ہر مذہب کو اپنے کی کوشش کیجئے کہ آپ دوسروں کو کس طرح خوشی پہنچا سکتے ہیں۔

یہ بات اس قدر ناقابلِ یقین نظر آتا ہے کہ یہی غموں کو مٹا دینا کہ مجھے ڈاکٹر اعظمی ایڈر کی مہتمم باشند کتاب *What I should Mean to* میں سے مدد سے نقل کر کے تشریح کرنے کی کوشش کرنی چاہئے (یوں تو آپ کو یہ کتاب ضرور پڑھنی چاہئے)

ڈاکٹر ایڈر اپنی کتاب میں لکھتے ہیں: "مختلف دوسروں کے خلاف طویل اور مسلسل غصے اور حسد کی مانند ہے اگرچہ تو جبر، ہمدردی اور حمایت حاصل کرنے کے لئے عرض صاف اپنی تعصیب کے متعلق انسر وہ نظر آتا ہے۔" مختلف فیہ یعنی کی اولیوں یا دہشت کچھ اس قسم کی ہوتی ہے مجھے یاد ہے کہ میں نے پریٹنٹا چاہتا تھا لیکن وہاں میرا بھائی بیٹا ہوا تھا۔ میں اس قدر چاہتا تھا کہ اسے جگہ خالی کرنی پڑی۔

"مختلف فیہ اگر خود کشیا کر کے اپنے آپ سے انتقام لینے پر مائل نظر آتے ہیں۔ ڈاکٹر کو پہلی احتیاطی تدبیر کرنی چاہئے کہ انہیں خود کشی کا جادو دینے سے گریز کرے۔ یہ خود علاج کے دوران میں اولیوں اصول کے طور پر انہیں رائے دنیا ہوں کہ کوئی ایسا کام نہ کرو جو تمہیں پسند نہیں اور اس طرح ان کا سارا اتنا دودھ کرنے کی کوشش کرتا ہوں۔ ابتدا ہر یہ بات کہ کوئی نظریاتی ہے لیکن میرا مقصد ہے کہ ساری نرا بیوں کی جڑ ہی ہے۔ اگر کوئی مختلف فیہ جو کام ہو کہ چاہتا ہے کہ کچھ تو پھر وہ الزام کسی پر دھرے ہیں اس سے کہتا ہوں، اگر آپ تھیں تو کیجئے چاہتے ہیں۔ یہ چھوٹا نا چاہتے ہیں تو ضرور دیکھ لیجئے اگر میں در بیان یہ کتاب کو معلوم ہو کہ آپ یہ کام نہیں کرنا چاہتے تو اسے فوراً چھوڑ دیجئے، اگر کوئی بہترین صورت ہو سکتی ہے تو یہی ہے۔ اس سے اس کی برتری کی خواہش تو لیکن مقہ ہے اس کا حیثیت دیوتا کی ہی جوتی ہے اور وہ جو چاہے کہ کسکے انکے برعکس اس کا طرز زندگی آسانی سے اس پر پورا نہیں اُترتا، وہ غالب آتا چاہتا ہے۔" سر

آلان ڈی وینڈل

کچھ غمناک ہے اور اگر وہ اس کے ساتھ تنقید ہوئی، تو ان پر غالب آنے کا کوئی واسطہ نہیں
ہو سکتا یہ اصول بہت آسان اور مددگار ہے، میرے کسی مریض نے خودکشی نہیں کی۔

”مریض کو جواب دیتا ہے، لیکن یہ تو کچھ ہیں کہ چاہتا ہیں اس جواب کے لئے تیار
ہونا ہوں، کیونکہ میں اسے اکثر ٹیپنگ میسینوں، چٹائیوں، اس سے کہتا ہوں، پھر کوئی ایسا کام
مت کیجئے جو آپ کو ناپسند ہو، تاہم بعض اوقات وہ جواب دیتا ہے، میں سارا دن بستر میں
پریشان چاہتا ہوں، یہ جاننا ہوں کہ اگر میں اسے ایسا کرنے کی اجازت دے دوں، وہ
جلدی اکتا جائے گا۔ اور زیادہ عرصے تک ایسا نہیں کرے گا۔ اور اگر میں نے اس کی
خواہش کی مخالفت تو وہ اڑ جائے گا، درجہ حرارت شروع کر دے گا۔ چنانچہ میں ہمیشہ اس کے
ساتھ تنقید ہو جاتا ہوں۔“

”یہ ایک اصول ہے، اس کے علاوہ ایک دوسرا اصول ہے جو ان کے طرز حیات پر
بلاواسطہ راست حملہ کرتا ہے، میں ان سے کہتا ہوں ”اگر آپ اس نسخے پر عمل کریں گے، تو
آپ جو وہ دن کے اندر اندر صحت یاب ہو جائیں گے، ہر روز یہ سوچنے کی کوشش
کیجئے کہ آپ دوسروں کو کس طرح خوش کر سکتے ہیں۔ خیال کیجئے، ان کے لئے اس
کے اندر نئے معنی ہوتے ہیں، وہ ہمیشہ اس ادبیری میں لگے رہتے ہیں۔ یہ دوسروں کو
کس طرح پریشان کر سکتا ہوں، ان کے جواب اکثر اوقات بہت دلچسپ ہوتے ہیں بعض
کہتے ہیں میرے لئے تو یہ بہت آسان کام ہے، میں ساری عمر ایسا کرتا رہا ہوں، ماحول کو اپنا
لئے کبھی ایسا نہیں کیا ہوتا۔ میں انہیں اس پر سوچ پھر کرنے کی ہدایت کرتا ہوں، وہ کبھی اس
پر غور نہیں کرتے، میں ان سے کہتا ہوں ”جب آپ کو حیرت آتی ہو، آپ اس وقت سے فائدہ
اٹھا سکتے ہیں۔ آپ یہ سوچ سکتے ہیں کہ دوسروں کو کیسے فائدہ پہنچا سکتا ہوں؟ اس سے
آپ کی صحت کو بڑی مدد ملے گی۔“ جب وہ اگلے روز صبح سے ملے ہیں اور میں ان سے پوچھتا
ہوں کہ میں نے جو تجویز پیش کی تھی۔ آپ نے اس کے متعلق کچھ سوچا، وہ جواب دیتے ہیں کہ

ادات جو بنی میں بستر پر لیٹا مجھے خیندا لگی۔ تاہم یہ یاد رہے کہ یہ سب کچھ برزری کا ذرا سا بھی اشارہ کئے بغیر نرم اور دوستانہ طریقے سے کرنا چاہیئے۔

”دوسرے جواب دیتے ہیں۔ میں اس قدر پریشان ہوں کہ ان کے متعلق کچھ نہیں کر سکتا، میں ان سے کہتا ہوں بے شک، آپ پریشان ہونا منت چھوڑیئے۔ لیکن کبھی کبھار آپ دوسرے لوگوں کے متعلق بھی سوچ سکتے ہیں میری ہمیشہ یہ کوشش ہوتی ہے کہ ان کی توجہ ان کے ساتھیوں کی طرف منطقت کرادوں۔ بہت سے جواب دیتے ہیں۔ میں دوسروں کو کیوں خوش کروں؟ وہ کبھی مجھے خوش کرنے کی کوشش نہیں کرتے۔ میں انہیں جواب دیتا ہوں: آپ کو اپنی صحت کا خیال رکھنا چاہیئے۔ دوسرے بعد ازاں خود ہی تکلیف اٹھائیں گے۔ ناشدنا اور ہی ایسا ہوتا ہے کہ کسی مریض نے مجھ سے کہا ہو: آپ نے جو مشورہ دیا تھا، میں نے اس پر غور کیا ہے، میں ہمیشہ اپنی ساری توجہ مریض کی سماجی دلچسپیوں میں اضافہ کرنے پر مرکوز رکھتا ہوں۔ میں جانتا ہوں کہ اس کی بیماری کی حقیقتی وجہ یہ ہے کہ اس میں تعاون کی کمی ہے اور میں اسے پورا کرنے پر زور دیتا ہوں جو نہیں وہ اس قابل ہو جاتا ہے کہ اپنے ساتھیوں کے ساتھ سادیا نہ اور اختر کی جیادوں پر ربط قائم کر سکے، صحت یاب ہو جاتا ہے..... مذہب نے ہمیشہ سب سے اہم فریضہ یہ ٹانڈ کیا ہے، اپنے پڑوسی سے محبت کرو..... جو فرد اپنے ساتھیوں کے امور میں دلچسپی نہیں لیتا، وہ زندگی میں عظیم ترین شکلوں سے دوچار ہوتا ہے اور دوسروں کو نقصان عظیم پہنچاتا ہے۔ انہی افراد سے تمام انسانی ناکامیوں کے سوتے پھوٹے ہیں..... کہ کتنا سے ہمارا سب سے بڑا مطالبہ ہی ہوتا ہے اور اسے سب سے بڑا اخراج تحسین بھی ادا کیا جا سکتا ہے کہ وہ اچھا شریک کا رہو، دوسروں سے اچھا برتاؤ کرے اور شادی اور محبت میں سچا رفیق ہو۔“

ڈاکٹر ایڈلر..... ہر روز ایک نیکو کرنے کی حقیقت کرتا ہے۔ حضرت محمد صلی اللہ علیہ وسلم کہتے ہیں۔ ”نیک کام وہ ہوتا ہے جو دوسرے کے چہرے پر خوشی کا مسکراہٹ پیدا کر دے۔“

ہر روز ایک سیکی کرنے کے لئے کیوں اتنی زیادہ کوشش کرنی پڑتی ہے؟ کیونکہ جب ہم دوسروں کو خوش کرنے کی کوشش کرتے ہیں تو اپنے متعلق بھول جاتے ہیں۔ پریشانی، غم اور عطفان کی بڑی وجہ یہ ہے کہ لوگ اپنے متعلق سوچتے رہتے ہیں۔

سنوولیم۔ ٹی۔ مون سکرٹیل سکول میں باغیچہ کی ایونیو پارک میں پڑھاتی ہے۔ اسے وہ ہفتے بھی یہ سوچنا نہ پڑا کہ وہ کیسے دوسروں کو خوش کر کے اپنی اندر دگی اور پشیمردگی دور کر سکتی ہے۔ اسے ایک بہت ستر انفریڈ ایڈرل گیا جس نے اس کی نم ناک کی اور اسے دگی کا چودہ دن میں نہیں بلکہ ایک دن میں علاج کر دیا۔ کون تھا؟ ایک تہیم جوڑا، اس نے انھیں خوش کرنے کی کوشش کی، اور خود اسے خوشی مل گئی ساگ لینے جائیں اور پشیمردگی ل جائے۔

سنوولیم نے اپنی کہانی سناتے ہوئے کہا: "مؤایوں کہ پانچ سال ہوئے، جب دیکر مہینہ گزرا۔ مجھ پر ایوی اور دم کی گھٹا ٹوپ اندھیرے پھا گئے، کئی سال کی سترت بھری ازدواجی زندگی گزارنے کے بعد میرا شوہر منتقل کر دیا گیا تھا اور اب میں اس دنیا تنہا رہ گئی تھی۔ جوں جوں کرس کی تھیلیات قریب آتی گئیں، میری ہوا سی میں اضافہ ہوتا ہی گیا۔ میں نے اپنی ساری زندگی میں کبھی کرس ایکیے نہیں کر لے دی تھی اور اس سال کی کرس کو آتے دیکھ کر میری جان ہوا ہو رہی تھی میری کچھ ہسیلیوں نے اپنے ہاں کرس گزارنے کی مجھے دعوت دی تھی لیکن مجھے اس سے کوئی خوشی محسوس نہیں ہوئی تھی، میں جانتی تھی کہ میری وجہ سے ان کے رنگ میں بھی بھگک پڑ جائے گی۔ اس لئے میں نے شکر یہ کے ساتھ ان کی دوستانہ دعوؤں سے انکار کر دیا۔ جب عاشورہ کرس پہنچا، مجھے اپنی حالت اور بھی قابلِ رحم معلوم ہونے لگی۔ یہ ٹھیک سے کب مجھے بہت سی چیزوں کے لئے شکر ادا کرنا چاہیے تھا کہ دیکھتے ہیں کہ اس ایکی بہت سی چیزیں ہوتی ہیں جن کا میں شکر گزار ہونا چاہیے۔ عاشورہ کے بعد میں جی ہے اپنے دفتر سے گئی اور پانچوں ایونیو پر بے مقصد گھومنے لگی تاکہ کسی طرح میری اداسی اور غمگینی دور ہو سکے۔ یہ وہی جو پشیمردگی پیش اور زندہ دل جو کون سا جھگڑا تھا اور اسی سانچے نے لطف دار ام کے لئے شکر۔ ساروں کی

یاد تازہ کر دیا، میں اپنے اداں اور ویران گھریں تنہا جانے کا خیال برداشت نہ کر سکی، میں حیران و پریشان تھی، سمجھ نہیں آتا تھا کہ کیا کروں، میری آنکھیں دُبڈبائیں اور میں اپنے آنسوؤں کی ایک دو گھٹنیں تک بے مقصد گھومنے کے بعد یہ ایک بس ٹرینل کے پاس پہنچ گئی، مجھے یاد آیا کہ میں اور میرا شوہر اکثر اوقات صحن تفریح طبع کی خاطر کسی نامعلوم بس پر سوار ہو جایا کرتے تھے۔ چنانچہ مجھے سٹیشن پر پہنچ کر بس ٹرین میں اس پر بیٹھ گئی۔ دریا سے ہڑن عبور کر کے کچھ دور جانے کے بعد میں نے کنڈکٹر کو کہتے سنا، بہن جی! آخری سٹاپ آگیا، میں بس سے اتر گئی، مجھے شہر کا نام تک معلوم نہ تھا، یہ ایک خاموش اور پرسکون چھوٹی سی جگہ تھی، گھر جانے والی اگلی بس کا انتظار کرتے کرتے میں آدھا دنگی میں گھومنے لگی۔ جب میں گرجے کے قریب آئی تو میں نے ساکن شپ کا دمکش غمزہ سنا، میں اندر چلی گئی، وہاں ارغنون کے سوا کوئی متغص نہیں تھا۔ میں اس کی نظروں سے بچ کر ایک کونے میں بیٹھ گئی۔ کرس کا درخت خوب اچھی طرح آراستہ کیا ہوا تھا اور اس سے نہ شنیاں چھن چھن کر گرجے کی آراستہ چیزوں پر پڑ رہی تھیں اور وہ چاند کی کرنوں میں ہزاروں ناچتے ہوئے ستاروں کی طرح نظر آ رہی تھیں، موسیقی کے طواریں اتار پڑھاؤ۔ اور اس احساس نے کہیں صبح سے کھانا بھول چکی تھی۔ مجھ پر غنودگی طاری کر دی۔ میں تھک چکی تھی اور نیند سے میری پلکیں بوجھل ہو رہی تھیں، چنانچہ میں میک ڈاکا کریں سو گئی۔

جب میری آنکھ کھلی، میں نہیں جانتی تھی کہ میں کہاں ہوں، میں خونزدہ ہو گئی، میں نے اپنے سامنے دو چھوٹے چھوٹے بچوں کو دیکھا۔ صاف ظہر ہے کہ وہ کرس کا درخت دیکھنے آئے ہوں گے۔ ان میں سے ایک چھوٹی بچی میری طرف اشارہ کر کے کہہ رہی تھی، ”معلوم نہیں، اسے شاید سانس کلاس نے بھیجا ہے۔ جب میں بیدار ہوئی، تو یہ بچے بھی ڈر گئے۔ میں نے اس سے کہا کہ میں تمہیں کچھ نہیں کہوں گی، ان کے کپڑے غریبانہ تھے، میں نے ان سے پوچھا، تمہارے ابا اور امی کہاں ہیں؟ انہوں نے جواب دیا، ہمارا نہ کوئی باپ ہے نہ کوئی امی ہے، یہاں میرے

سانے دو چھوٹے چھوٹے تیم بچے تھے جن کی حالت مجھ سے بھی زیادہ قابل رحم اگلی گزری تھی۔ میں نے اس کے سامنے اپنے آپ کو محبوب محسوس کیا کہ خوشی کیوں غمگین اصراروں میں نے انہیں کس کا درخت دکھایا، پھر انہیں ایک ٹوٹل میں لے گئی وہاں ہم نے کھانا ناشتہ کیا۔ میں نے ان کے لئے مقدس ڈی سی مٹھائی اور کچھ تھنے خریدے، آہستہ آہستہ میری آخر درگی اور تنہائی کا احساس دھلنے لگا جیسے مجھ پر کسی سے جادو کر دیا ہو۔ ان دو تیم بچوں نے مجھ پر اپنی مسرت اور خود فراموشی طاری کر دی جس میں ہینڈوں سے محروم تھی، میں نے ان کے ساتھ کپ شپ ڈرائی، مجھے محسوس ہوا کہ جی کتنی خوش قسمت ہوں۔ میں نے اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کیا کہ ایک بار پھر میری کمرس میں بہار آگئی ہے۔ میں ان معصوم بچوں کی طرح خوش تھی جہیں ماں باپ کا پار و محنت حاصل ہوتا ہے، ان چھوٹے چھوٹے اور معصوم اور تیم بچوں نے مجھے اس سے کہیں زیادہ کچھ دیا، جو میں نے بغیر دیا تھا۔ اس تجربے نے مجھے دوبارہ اس ضرورت اور حقیقت کا احساس دلایا کہ اگر کم خوشی حاصل کرنا چاہتے ہیں تو پہلے میں دوسروں کو خوش کرنے کی کوشش کرنی چاہیے۔ مجھے معلوم ہو گیا کہ خوشی بھی معوی ہوئی ہے، ہم کچھ دے کر ملے سکتے ہیں کسی کی مدد کر کے اور کسی کو محبت اور پیارا دے کر جس اپنی پریشانی، غم، اُداسی اور پشیمانی پر غالب آگئی میں نے اپنے آپ کو ایک انسان محسوس کیا۔ اور فی الواقع جی جی بھی ایک نیا انسان — نہ صرف اس وقت کے بلکہ آنے والے سالوں کے لئے بھی۔

میں ایسے لوگوں کی کہانیوں کے متعلق ایک پورے کتاب کھٹکتا ہوں جو خوشی اور مسرت اور محبت میں اپنے آپ کو بھول گئے۔ چنانچہ یہاں میں امریکی بحریہ کی ایک ہدایت ہرولڈ ہرننڈز ناتون اور ایگریٹ ٹیلور کی مشامل درج کرتا ہوں۔

مسز ٹالس جاسوسی کہانیاں لکھتی ہے لیکن اس کی کوئی کہانی اس کی سچی داستان سے آدھی بھی دلچسپ نہیں ہے۔ یہ کہانی اس خوشی کی پیش آئی تھی جب جاپانیوں نے پرل ہاربر

میں پھر بھر بیٹے کو گسرت دی تھی۔ سن پائیس سال بھر سے عارضہ قلب ہی مبتلا تھی۔ اس کا بے سے لمبا سفر میں یہ ہوتا تھا کہ بٹائی جاکر غسل آنتاب کر لیتی تھی، اس وقت بھی جب وہ چلتی تھی، اسے اپنی خادمہ کے ہاتھ کا سہارا دینا پڑتا تھا۔ اسی نے مجھے خود بتایا کہ اس وقت مجھے امید تھی کہ میں زندگی بھر روٹھی جا رہی رہوں گی، اگر جاپانیوں نے بدل ہر برہنہ کر کے مجھے آرام پسندی کے غول سے نہ نکالا ہو تو شاید میں کبھی بھی زندگی کا طوفان نہ اٹھا سکتی۔

سن پائیس نے ابھی اپنی کہانی سناتے ہوئے کہا: "اس عظیم سانچے کے وقت ہر چیز درم برہنہ اور گڈ نہ تھی۔ ایک دم میرے گھر کے قریب بھی گرا جس کے صدمے سے میں بیہوش ہو کر اپنے بستر سے باہر گر پڑی۔ فوجی ٹرک بڑی اور بحری فوجیوں کے بیوی بچوں کو بلیک سکولوں میں لے کر کے لے رہا تھا تیزی کے ساتھ ہی کم فیلڈ، سکونیلڈ بارکون اور کافی اور سی ایس ایف کے طرف جا رہے تھے۔ ادھر ریڈ کراس والوں نے جن لوگوں کے پاس فالتو کر کے تھے، انہیں سیلفون کے گرد لے کر لوگوں کو اپنے پاس ٹھہرائیں۔ ریڈ کراس کے کارکن جانتے تھے کہ میرے بستر کے قریب ایک سیلفون لگا ہوا ہے جن فالتو سیلفون نے مجھے دفتر معلومات کا کام سرانجام دینے کو کہا، میں نے وہی بھری اور دریافت کرنے لگی کہ فوجیوں کے بیوی بچے کہاں ٹھہرے ہوئے ہیں اور ان کو ریڈ کراس والوں نے ہدایت کر دی کہ وہ اپنے اہل و عیال کا ہتھ دیر یافت کرنے کے لئے مجھے سیلفون کریں۔

مجھے جلد ہی معلوم ہو گیا کہ میرا شوہر کا نڈر وارٹ۔ اسے یائس بالکل صحیح سلامت ہے۔ میں نے ان بیویوں کو تسلی دینے کی کوشش کی جنہیں معلوم نہیں تھا کہ ان کے شوہر کہاں ہلاک ہوئے ہیں، میں نے ان بیویوں کو تسکین دینے کی کوشش کی جن کے شوہر ہلاک ہو چکے تھے اور ایسے لوگوں کے لئے ادا کافی تھی، انہی اور بحری دستوں کے دو ہزار ایک سو سترہ امیر اور جان ہلاک ہو چکے تھے اور ہر سو سالہ تسلط کوئی علم نہیں تھا کہ وہ کہاں غائب ہو گئے ہیں۔

”شروع شروع میں میں نے سیلفون کا آوازوں کے جواب بستر میں بیٹھے بیٹھے دیئے پھر میں بستر میں بیٹھ کر جواب دینے لگی۔ آخر کار میں اس قدر مصروف ہو گئی اور مجھے اس قدر خوش آگیا

کی اپنے متعلق بھول گئی۔ مجھے اپنی کمزوری کا کوئی خیال ہی نہ رہا اور میں بستر سے اٹھ کر کھڑی ہوئی، اور مزے کے قریب ایک کرسی پر بیٹھ گئی۔ دوسروں کی مدد کرنے لگی جس کی حالت مجھ سے کہیں زیادہ مازک اور ناقابلِ رحم تھی ایسا کرنے سے میں اپنے متعلق ذہنًا بھول گئی یہی بہتر آسکھول کے مطابق آٹھ گھنٹے سوئی اور اس کے بعد کبھی بستر کا رخ بھی نہ کرتی۔ اب یہ محسوس کرتی ہوں کہ لگ جاپانیوں نے پرل ہاربر پر حملہ نہ کیا ہوتا شاید میں ساری عمر نیم بمبار رہتی مجھے بستر میں کسی قسم کی تکلیف نہ تھی، میری متوازن دیکھ بھال کی حقائق تھی اور میری ہر ضرورت پوری کی جاتی تھی۔ لیکن اب یہ محسوس کرتی ہوں کہ میں لا شعوری طور پر اپنی قوتِ ارادی فنا کر رہی تھی اور آہستہ آہستہ تباہی کے فاصلے طرف جا رہی تھی۔

پیرل ہاربر کی شکست امریکی تاریخ کا ایک المیہ ہے لیکن جہاں تک میری ذات کا تعلق ہے مجھے اس سے بہترین چیز کبھی حاصل نہیں ہوئی۔ اس خوفناک بحران نے مجھے ایسی قوت دی جس کا میں کبھی تصور بھی نہیں کر سکتی تھی کہ میں اس کی مالک ہوں۔ جب میں نے اپنی توجہ اپنے آپ سے ہٹا کر دوسروں پر مرکوز کی تو مجھے زندگی بسر کرنے کے لئے ایک بڑی اہم اور ناگزیر چیز مل گئی، میرے پاس اپنے متعلق سوچنے یا اپنی فکر کرنے کے لئے کوئی وقت نہ تھا۔

جولوگ، ماہرینِ امراضِ انفس کے پاس جانے میں جلدی کرتے ہیں، ان میں سے تقریباً ایک تہائی غائبانہ اپنا علاج خود کر سکتے ہیں۔ اگر وہ بھی وہی کچھ کریں جو مارگریٹ یاٹس نے کیا تھا یعنی دوسروں کو مدد کرنے میں مچھی۔ کیا یہ میرا خیال ہے؟ نہیں، یہ کارل جنگل کا نظریہ ہے اور ان سے بہتر اور روشن جان سکتا ہے۔ وہ کہتے ہیں: "میرے ایک تہائی مریض ایسے ہیں، جنہیں زندگیوں کے کچھ کھلے ہیں اور یہ حوا کے سوا کلینک کا کوئی قابلِ تعریف معیہ مریض نہیں ہوتا۔ دوسرے الفاظ میں اس کا مفہم یوں بیان کیا جاسکتا ہے وہ زندگی میں سوار ہونے کی کوشش کر رہے ہیں اور پر پڑ ان کے پاس سے گزر جاتی ہے۔ اس لئے وہ اپنی حقیر بدحواسی اور بے معنی زندگیاں لے کر ماہر ہی امراضِ انفس کے پاس دھڑکتے ہیں وہ کشمکش پر

سوار ہونے سے رو گئے ہیں اور اب گھاٹ پر کھڑے ہو کر اپنے سوا کچھ کو قطعاً وادھ کر رہے ہیں اور مطالبہ کر رہے ہیں کہ دنیا ان کی خود غرضانہ اور ذاتی خواہشات کو پورا کرے۔ آپ شاید دل میں کہہ رہے ہوں گے میں ان کہانوں سے متاثر نہیں ہوا، خود میں بھی ان تنظیم بندی سے دلچسپی کا اظہار کر سکتا تھا، اگر میں انہیں عاشورہ کے رسم کو ملتا، اگر میں پریل ہاربر میں ہوتا تو میں بھی بڑی خوشی سے وہی کرتا جو مارٹن لوتھر کینگ نے کیا تھا، لیکن میرے حالات مختلف ہیں، میں رکھی بھیک کی اور معمولی زندگی بسر کر رہا ہوں، میں اٹھ کھینے، روزانہ کی اگتادینے اور ملازمت کرتا ہوں میرے ساتھ کبھی کوئی ڈرامائی واقعہ نہیں ہوتا میں دوسروں کی مدد کرنے میں کبھی دلچسپی لے سکتا ہوں، پھر کیوں؟ میرے لئے اس میں کیا رکھا ہے؟

آج کا سوال بجا ہے، میں اس کا جواب دینے کی کوشش کروں گا۔ آپ کی زندگی خواہ کتنی ہی غریب ہو اور رکھی بھیک کیوں نہ ہو، آپ یقیناً ہر روز کچھ لوگوں سے سفر کرتے ہو گئے۔ آپ ان کے متاثر کرتے ہیں، کیا آپ انہیں شکایت، بامدھ کر محض دیکھنے پر اکتفا کرتے ہیں۔ یا کبھی یہ جاننے کی کوشش کرتے ہیں کہ یہ کیا ہیں؟ کیوں ہیں؟ کون ہیں؟ کہاں سے آئے ہیں؟ یہ اُدھار دیتے ہیں، کیا کوئی ضرورت انہیں ایسا کرنے پر مجبور کرتی ہے؟ مثلاً چھٹی سڑک ہی کو لیجئے۔ وہ ہر سال کمپوں میل پیدل طے کرتا ہے، آپ کے گھر پڑاؤں، پھیلتا ہے، مینہ پھرتا، اندھی، وہ اپنا فرض کر رہے، لیکن کبھی آپ نے یہ دریافت کرنے کی کوشش نہ کی کہ وہ کہاں رہتا ہے؟ اس سرگرمی کیے گذر رہی ہے؟ اس کے بچوں کا کیا حال ہے؟ کیا آپ نے کبھی اس سے یہ پوچھنا نہ کیا کہ انہیں کب تک تو انہیں گئے؟ تمہیں اپنے کام سے اکتا ہٹ محسوس نہیں ہوتا؟

ہرچون فرسٹ چھو کر، اخبار فروش فونڈا اور سب وہ لڑکا جو آپ کے جوتوں پر پاش کر رہا ہے، یہ سب لوگ انسان ہیں۔ انہیں بھی نہیں انہیں غصے پیش آتی ہیں، ان کی بھی امیدیں ہیں، آرزوئیں ہیں، انگلیں ہیں، انہیں بھی ہے۔ رکلاش ہوتی ہے کہ کوئی

ادھ کا دکھ بٹائے۔ ان کے ساتھ ہمدردی اور اخوت کا اظہار کرے لیکن کیا آپ کبھی انہیں موقع دیتے ہیں کہ کیا آپ کبھی ان کی زندگیوں میں غلغلہ اندھ بھڑکوت مچا دیتے ہیں؟ یہی ہی کہنا چاہتا تھا۔ دنیا کی بھلائی کرنے اور اس کی بھتری سوچنے کے لئے آپ کو کوئی غلو رٹس ٹائٹ ان گیل یا معاشرتی مصلح بننے کی ضرورت نہیں۔ آپ کی اپنی براہین ٹیٹ دی جا رہے۔ آپ کل ہی ان لوگوں سے آغاز کر سکتے ہیں جنہیں آپ ملیں!

اس سے آپ کو کیا ملے گا؟ بے انتازہ مسرت! اور اس سے بھی بڑھ کر تسلی اور اپنے آپ پر ناز! اسطو اس قسم کے رویے کو مدہش خیال خود غرضی کہتا ہے۔ برکشت کے الفاظ میں دوسروں سے نیکی کرنا آپ کا فرض نہیں ہے، یہ ایک خوشی ہے کیونکہ یہ آپ خوشی اور مسرت کو بڑھاتا ہے اور انجمن فریگیل نے نہایت سادہ الفاظ میں اسی کا خلاصہ یوں بیان کیا ہے: ”جب آپ دوسروں پر ہر بان ہونے ہیں اپنے اظہار پر ان ترہ ہیں۔“ نفساتی مرکز، نیویارک کے ڈاکٹر کمرزنی۔ سی ٹنک بکھتے ہیں: ”میرے خیال میں مدبر نفسیات کی کوئی دریافت اتنی اہم نہیں ہے جس قدر کہ خود شناسی اور مسرت حاصل کرنے کے لئے اشارہ کی ضرورت کا سائنسی ثبوت!“

دوسروں کے متعلق سوچنے سے نہ صرف آپ اپنے متعلق پریشان ہونے سے بچ جائیں گے بلکہ اس سے آپ کو بے شمار درست بنائے اور سنی مذاق کرنے میں کافی مدد ملے گی۔ کیسے؟ خیر سنئے۔ میں نے ایک دلچسپ بیرونیورسٹی کے پروفیسر ڈیم یون فلیس سے پوچھا: آپ اس میں کیسے کامیاب ہوئے؟ انہوں نے جو جواب دیا وہ مندرجہ ذیل ہے۔

”میں جب بھی کسی ہوٹل، ریوٹنگ کیلون یا پرچون کی دکان میں جاتا ہوں، وہاں جو بھی مجھے ملے، میں اس سے کوئی نہ کوئی خوشگوار بات کہے دیتا ہوں۔ میں ان سے کوئی نہ کوئی ایسی بات کرنے کی کوشش کرتا ہوں جو ان کی ذات کے متعلق ہو۔ یہ باقی بھی مشقی انداز سے نہیں کہتا بلکہ ہر بار دنیا پہنچا دینے کی کوشش کرتا ہوں۔ سوشل میں ہر طرف کی میرا

تعلیق کہ جب یہ سب لگا گیا اور کندھوں پر لٹکے بھی دکھایا گیا دیکھتا ہوں کہ کتنا اپنے دلچسپ لکڑیے کے کندھوں پر گاڑے کھڑے اور لکڑیاں سے تھکی دے ہا ہے، لکڑیے اور اس کے کٹے میں تھوڑی سی ڈھپسی لے کر بیٹے لکڑیے کو خوش کر دیا، کتے کو خوش پہنچائی اور اپنے چاہ کو خوش کیا۔

کیا آپ کسی ایسے شخص کا تصور کر سکتے ہیں جو غلیبوں سے ملتا تھا، ہوا گرم باد چلنے میں کام کر نیا لے غنا مالوں سے ہمدردی کا اظہار کرتا ہو۔ اور لوگوں سے یہ کہتا ہو تمہارے کتے بہت خواجہ خور ہیں ان کی تعریف کرتا ہوں۔ یہ کیا آپ ایسے شخص کے متعلق خیال کر سکتے ہیں کہ وہ مسخر مزاح ہو یا پارٹینر اس کے گھر لکھا ہو گا اور اسے ہر روز افسوس کی شدت کی ضرورت ہے، نہیں آپ کبھی بھی ایسا تصور نہیں کر سکتے، ایک نئی کہادت اسے یوں بیان کرتی ہے، تہلی کی خوشبو ہر شبہ ہاتھوں کے ساتھ چھٹی ہوتی ہے جواب کو غلاب جہنم لکڑی کے دیتی ہے۔

آپ کو یہ کہادت پر فخر نہیں کو بتانے کی ضرورت نہیں وہ اسے جانتا ہے اس کا یہی طریقہ ہے۔ اگر آپ مرد ہیں تو اس پر اگر اتنا کچھ چڑھیں گے تو اس میں آپ راجھی و چپ نہیں پائیں گے اس سے ضروری سلام ہو گا کہ ایک عجیبہ اور پریشان حال لڑکی نے وہ کونسا تیر مارا کہ بہت مردوں کے ساتھ شادی کر کے بچہ تیار ہو گئے جس لڑکی کی یہ لکائی ہے وہ اب عادی بن چکی ہے۔ چند سال پہلے میں نے اس کے گھر لکڑی لٹا دیا کیا تھا میں اس کے خیر میں کچھ کرنے گیا تھا اور اگلے صبح مجھے ہونیوارک سنٹرل جانے والی گاڑی میں سوار کرنے کے لئے پکڑ لیا اور وہیں ٹائیپنگ ایجنسی میں پہنچائے آئی ہم دوست بنانے کے متعلق لکڑی کے سر سے باتیں کرنے لگے اس نے کہا شکر کا یہی میں آپ کو ایک بات بتا رہی ہوں جس کا میں نے کسی کے سامنے اعتراض نہیں کیا۔ سختی کو اپنے شوہر سے بھی نہیں رہوں یہ کئی ایک خیال سے آدھی بھی وہ چھپ نہیں ہو گی اس نے مجھے یہ بتا دیا کہ میں نے فلا ڈیٹا کے ایک قدامت پرست اور رسم و رواج کے پابند خاندان میں پرورش پائی، میرے کمپن اور لڑکپن کا اکیس ہزاری غربت تھی، کبھی بھی دوسری لڑکیوں کا اس قدر خاطر تواضع نہیں کر سکتے تھے جتنی کہ ہمارے سماجی معیار کی دوسری لڑکیاں کرتی تھیں میں نے کبھی اعلیٰ اور بہتر قسم کے کپڑے نہیں پہنے تھے کہیں ان سے بڑھ جاتی اور وہ میرے جسم پر ٹھیک آتے اور اکثر اوقات فیشن ماہر ہوتے ہیں اس قدر محبوب ہوتے تھے اتنی شرم آتی کہ میں روتے روتے سماجی انجینئریں ٹیوٹی کا کام

میں مجھے ایک میل سولہا ڈنار دہ سہری شل پارٹیوں میں اپنے ساتھی سے اس کے قربات اگر خیالاً
اور مستقل کے متعلق اس کی تجویزوں اور ارادوں کے تسلط ہو چکے گی میں یہ سوال اسلئے نہیں پوچھتی تھی کہ
مجھے فی الواقع ان کے جوابات کوئی ٹیپی تھی بلکہ میرا مقصد یہ ہوتا تھا کہ کیا اساتھی میرے لئے ہے اور خیر یا نہ
کیوں نہ ہو دیکھئے اور باتوں ہی میں لگا ہے لیکن اس سے ایک عجیب جزو واضح ہوئی، جب ان نوجوانوں کی
بہی سستے سستے مجھے ان کے متعلق کافی معلومات حاصل ہو گئیں تو تبھی جو کچھ کہنا ہوتا، میں فی الواقع اسے
سمیٹنے میں دھیمی لینے لگی۔ مجھے ان کی باتوں میں اس قدر لطافت آنے لگا کہ بعض اوقات میں خود بھی اپنے نیکو
کے متعلق بھول جاتی لیکن میں سمجھتی تھی کہ زیادہ چہنیے مجھے سب سے زیادہ حیران کیا وہ یہ تھی کہ جو عورتیں
دوسروں کی باتیں تو جہ سے سنتی تھیں اور دلا کوں کی حوصلہ افزائی کرتی تھیں کہ وہ اپنے متعلق کھل کر باتیں کر سکیں
بلکہ اسطرح نہیں کرتی اور خوشی ہم پہنچاتی تھی، رفتہ رفتہ اس کا تجربہ ہوا کہ میں اپنے شہس گرد ہی سے تین
زبانوں سے مجھے شادی کے پیام دے۔ (روکیر، تم سمجھ سکتی ہو کہ اسے کرنے کا کیا طریقہ ہوتا ہے؟)

بعض لوگ جنہوں نے یہ باب پڑھا ہے، شاید کہیں کہیں کہ وہ عورتیں دھیمی لینے کے متعلق یہ ساری گفتگو
جو اس وقت مذہبی یادہ کوئی اس سے کوڑا کرکٹ میں بیکرا کی کوئی چیز نہیں، میں اپنے پیسے اپنے بڑے میں
رکھوں گا اور جو کچھ ہاتھ آئے گا، اس پر بھی قبضہ کر لوں گا۔ ابھی مکسٹ لوں گا۔ باقی عاقل جنم میں ہی رہے گا،
نیز، اگر آپ بھی خیال ہے تو آپ کو مبارک ہے بلکہ اگر آپ جو کچھ کہتے ہیں درست، تو آغاز کا شہادت
نے کہ اگر آپ سب بڑے بڑے دانشور اور فلسفی، یسوع مسیح، گوتہ، افساطون، ارسطو،
سقراط، پلینٹو، ارسطو، سب غلطی پر ہیں لیکن چونکہ آپ کو مذہبی رہنماؤں کی تعلیمات پر پاک، جو
چڑھانے کا حق حاصل ہے، میں آپ کے سامنے دو دوسروں کا نقطہ نظر پیش کرتا ہوں۔ اپنے زمانے کا مہتر شاہ
مذہبیت پر یورپی کے سابق پروفیسر آجھائی ہے۔ اسی بار میں نے ۱۹۳۱ء میں کیمبرج یونیورسٹی میں ایک
مقالہ پڑھا جس کا نام انٹراکسی کا اسلوب اور نوعیت تھا۔ اس مقالے میں انھوں نے اعلان کیا تھا کہ ہم
زبانوں کی نمایاں ترین اخلاقی دریافت اور عظیم ترین حقیقت یوں کے مندرجہ ذیل الفاظ ہیں، جو ہمیں اپنی زندگی
کے پیچھے بھاگتے ہیں وہ اسے کھودے گا اور جو اسے میری خاطر کھودتا ہے پائے گا؟

یہ الفاظ ہم نے پادریوں اور بطریقوں کی زبان سے بار بار سنے ہیں مگر ہاؤس میں ایک دوسرے اور
تخلیص پر عمل نہ تھا۔ جو خود کشی کرنے کا ارادہ کر لیا تھا، پھر بھی اس نے میسوں کی ایک خوش نصیب
اپنے متعلق سوچے گا، زندگی سے کچھ نہیں پائے گا۔ وہ نکتہ حال اور یہ نصیب ہو گا، یہی جو خوش نصیب
خدمت میں اپنے آپ کو بھول جاتا ہے، زندگی کی فحشیاں اور سستی حاصل کرے گا:

جو کچھ اسے ای۔ ہاؤس میں نے کہا ہے، مگر آپ اس سے متفق نہیں ہو تو میں آپ کے سامنے جیسی
صدی کے ممتاز ترین امام کی دوسری تفسیر ڈورڈریو کی رائے پیش کرتا ہوں، ڈورڈریو تمام خاصہ کو
پر یوں اور جنوں کی کہانیاں کہتا تھا اور اس طرح ان کا مذاق اڑایا کرتا تھا وہ کہتا تھا کہ زندگی
ایک بیوقوف کی تھی ہوتی کہانی ہے جو شر و غل اور باہار سے تو برتر ہے لیکن اس کا مطلب کچھ بھی
نہیں، پھر بھی ڈورڈریو نے ایک نہایت اعلیٰ اصول۔ دوسرے کی خدمت کرنا۔ کی حمایت کی ہے
اور نیوٹن نے ہمیشہ اسی اصول کا پرچار کیا ہے۔ ڈورڈریو کہتا ہے ڈاکٹر ان اپنی مختصر زندگی سے
کوئی مسرت حاصل کرنا چاہتا ہے تو اسے ضعف اپنی بلکہ دوسروں کی بھلائی کے لئے بھی سچا اور کچھ
کرنا پڑے گا۔ کیونکہ اس کی خوشی پر اور دوسروں کی خوشی اس کی خوشی پر چھوڑے:

اگر تم دوسروں کی بھلائی کرنا چاہتے ہو۔ جیسا کہ قدیم یو کہتا ہے۔ تو میں جلدی کرنی چاہیے
وقت ضائع ہو جانے والی چیز ہے۔ میں اس راتے پر سے صرف ایک بار ہی گذروں گا۔ اس لئے
جو کوئی کر سکتا ہوں۔ اور جو ہر دم کا جتنا سکتا ہوں۔ مجھے فی الغور کرنی چاہیے۔ مجھے
اس کو قسمی یا نظر انداز نہیں کرنا چاہیے کیونکہ میں اس راتے سے کبھی دوبار واپس گذر نہیں گا۔
اگر ہم ایسا دوسرا روئے اختیار کرنا چاہتے ہیں جو ہمارے لئے مسرت اور اطمینان لائے
اور پلٹ جانا دور کرے تو اصول غلط ہے:

دوسروں میں دلچسپی لے کر اپنے آپ کو بھول جانا ہر روز ایک نیک کام کو جو کسی
کے چہرے پر شہنشاہ بکھیر دے۔

حصہ چہارم

پریشانیوں اور ذہنی رویہ

خلاصہ

اصول ۱۔ ہمیں اپنے ذہن، امن، سکون، راحت، جرات اور امیدوں کے خیالات سے بھر لینے چاہئیں کیونکہ ہمارے خیالات ہی ہماری زندگی کی تشکیل کرتے ہیں۔

اصول ۲۔ ہمیں اپنے دشمنوں سے کبھی انتقام نہیں لینا چاہیے کیونکہ ایسا کر کے ہم انہیں نقصان پہنچانے کی بجائے اپنی ذات کو زیادہ نقصان پہنچائیں گے۔ ہمیں بھی جہل آزن اور کے اصول پر عمل کرنا چاہئے۔ جن لوگوں کو ہم پسند نہیں کرتے، اُن کے متعلق سوچنے میں ہمیں ایک منہ بھی ضائع نہیں کرنا چاہیے۔

اصول ۳۔ اور نا اہل شخص کے متعلق پریشان ہونے کی

ہیں اس کی توقع رکھنی چاہیئے، ہمیں یاد رکھنا چاہیئے کہ یسوع نے ایک دن میں دس کوڑھیوں کا علاج کیا۔ اور ان میں سے صرف ایک نے اس کا شکریہ ادا کیا۔ ہم کیوں یسوع سے زیادہ شکریئے کی امید رکھیں۔ جب ہمیں یاد رکھنا چاہیئے کہ خوشی پانے کا واحد طریقہ یہ ہے کہ ہم شکر گزاری کی توقع نہ کریں بلکہ اپنی بخشش خوش ہونے کے لئے دیں۔

ج۔ ہمیں یاد رکھنا چاہیئے کہ احسان شناسی کیفے سے آتی ہے، اگر ہم اپنے بچوں کو شکر گزار بنانا چاہتے ہیں تو ہمیں انہیں شکر گزار بننے کی تربیت دینی چاہیئے۔
اصول ۱۷:- اپنی زحمات کو نہیں بیک رحمتوں کو شمار کیجئے۔

اصول ۱۸:- ہمیں دوسروں کی نقل نہیں اتارنی چاہیئے۔ ہمیں اپنے آپ کو پہچاننا چاہیئے اور وہی بنا چاہیئے جو کچھ کہ ہم ہیں۔ کیونکہ ”شک جہالت ہے“ اور تعالیٰ خودکشی ہے۔

اصول ۱۹:- اگر تمہاری کوئی نیبو دے، تو ہمیں اس سے شربت بنانے کی کوشش کرنی چاہیئے۔

اصول ۲۰:- دوسروں کو تھوڑی سی خوشی پہنچانے کی خاطر ہمیں اپنے آپ کے متعلق بھول جانا چاہیئے، جب آپ دوسروں پر ہرمان نواز ہیں، تو اپنے اوپر ہرمان تر بہتے ہیں۔

حصہ پنجم

ایک سنہری اصول

باب ۱۹ :- ایمان و مذہب

جیسا کہ میں پہلے کہہ چکا ہوں میں سوری کے ایک دیہاتی علاقے میں پیدا ہوا اور
 دہم میں پرورش پائی۔ اس زمانے کے اکثر کسانوں کی طرح روزی کمانے کے لئے میرے
 والدین کو بھی کافی پتہ مارنا پڑتا تھا، میری امی ایک دیہاتی سکول میں اُستادنی تھی اور میرے والد
 ایک زراعتی فارم پر بارہ ڈالرنی چیلنے کے حساب سے محنت مزدوری کیا کرتے تھے اچھی نہ
 صرف ہمارے کپڑے خود دیا کرتی تھی بلکہ وہ صابن بھی خود ہی بنا کرتی تھی جس سے ہم
 اپنے کپڑے دھویا کرتے تھے۔

ہمارے پاس شاؤہی کبھی نقد اناثر ہوا کرتا تھا۔ سال بھر میں سوائے ایک آدھ
 سوخ کے جب ہم اپنے سو رہا کرتے تھے۔ ہم پر چون فروغ کو کھن اور انڈے دے کر انا
 شکر اور کافی لے آیا کرتے تھے، بارہ سال کی عمر میں مجھے سال بھر میں پچاس سینٹ
 رقم پر ایک روپیہ لگ رہا آئے، ابھی جیب خراب نہیں مارنا تھا، مجھے آج بھی وہ دن اچھی طرح

یاد رہے کہ جب ہم ہرجولائی گئی تو طبیات کو دیکھنے گئے تو باجی نے مجھے جی سینٹ دینے کو کہا میں
جہاں چاہوں اور جس طرح چاہوں خرچ کر سکتا ہوں۔ میں نے عمول کیا کہ جواز کا عدالت کمرے
تھروں تلے آگئی ہے۔

میں روزانہ ایک میل پیدل چل کر ایک دیہاتی سکول میں پڑھنے جایا کرتا تھا اس کا صرف ایک
ہکا کمرہ تھا جب گھنٹوں گھنٹوں برف جمی ہوئی ہوتی تھی اور مختار میٹر تختہ اجماع سے اٹھنے
سہیہ رہا کرتا تھا اس وقت بھی مجھے پیدل ہی جانا پڑتا تھا۔ چودہ سال کی عمر تک
مجھے کسی قسم کے موٹے یا جراب نصیب نہیں ہوئے۔ طویل اور ٹھنڈی سردیوں
کے دوران میرے پاؤں ہمیشہ ٹپکے اور ٹھنڈے رہا کرتے تھے۔ بچپن کے زمانے
میں میرے کبھی خواب میں بھی یہ بات نہیں آئی کہ کسی کے پاؤں خشک اور گرم بھی ہوں
چل سکے۔

میرے والدین روزانہ سولہ گھنٹے خون پسینہ ایک کھیا کرتے تھے پھر بھی ہم پیہم ترقی کے
بوجھ تلے دبے رہتے تھے اور قسمت سے ناہاں رہتے تھے مجھے ایک واقعات تک
یاد ہے ۱۹۲۰ء دریا میں سیلاب آیا، پانی ہمارے اناج اور گھاس کے کھیتوں میں بھر گیا۔
جس سے ہر چیز تباہ ہو گئی۔ ایسے سیلاب سات سالوں میں چھ مرتبہ ہماری فصلیں برباد
کر دیتے تھے، سال بساں ہمارے سوکھتے گئے اور ہم انہیں زمین میں دفناتے گئے، میں
اب بھی اپنی آنکھیں بند کر کے سڑوں کی جستی ہوئی کھانول کی چرچراتی ہوئی بدبو اپنے
ذہن میں عمول کر سکتا ہوں

ایک سال دریا میں سیلاب نہ آیا۔ ہماری اناج کی فصل نہایت فزاواں ہوئی ہم نے گھریلو
موٹی خریدے اور انہیں اپنا اناج کھلا کھلا کر خوب موٹا کر دیا۔ اگر اس سال بھی سیلاب

ملے ریاستہائے متحدہ امریکہ کا یوم آزادی۔ اس دن کمارکھ بی دی اہمیت حاصل ہے۔ جو

ہندوستان میں ۱۵ اگست کو۔

تھی کہ ان کا حکم کسی رستے کے سرے سے ٹنک رہا ہو گا۔ ایک روز جب وہ میری دل سے واپس آئے جہاں انہیں بیٹھنے پر بند کرنے کی دھمکی دی تھی، انہوں نے مڑا اور اپنے پل پر اپنے گھوڑے کھڑے کئے۔ گاڑی سے اترے اور کافی دیر تک دریا کے پانی کو دیکھتے اور اپنے آپ سے بحث کرتے رہے۔ کیوں نہ دریا بھی پھلانگ لگا کر سارا قصبہ ہی پاک کر دوں؟ کئی سال بعد اباجی نے مجھے بتایا کہ میں نے دریا میں محض اس وجہ سے پھلانگ نہیں دگائی — کہ تمہاری امی کو یہ کہنا، پانڈار اور ایدی یقین تھا کہ اگر ہم خدا سے محبت کریں اور اس کے احکام کی تعمیل کریں تو آخر کار ہر چیز ٹھیک ٹھاک ہو جائے گی۔ امی کا عقیدہ بالکل ٹھیک تھا۔ آخر کار حالات سازگار ہو گئے۔ اباجی چالیس سال تک خوش اور مسرت کی زندگی بسر کرتے رہے اور ۱۹۴۱ء میں انہوں نے نواسی سال کی عمر میں وفات پائی۔

کشمکشِ دل برائے نگاہ کے ان تمام سالوں کے دوران میں میری امی کبھی بھی پریشان نہیں ہوئی۔ انہوں نے خدا کی درگاہ میں سجدہ خشک بجا کر اور دعائیں مانگ مانگ کر اپنے مصائب کو برداشت کیا۔ امی ہر روز سوئے سے پہلے بائبل کی کوئی نہ کوئی صورت ضرور پڑھا کرتی تھی۔ امی اور اباجی اکثر بیویں کے پرسکین بخش دہرایا کرتے تھے۔ "میرے باپ کے مکان میں بہت سی حویلیاں ہیں۔۔۔ میں تمہارے لئے ٹھکانے جانا ہوں۔۔۔ تاکہ جہاں میں رہوں تم بھی وہیں رہو، پھر ہم سب کرسیوں کے سامنے اپنے کھٹنوں پر جھک جاتے اور خدا کی حفاظت اور محبت کا دعائیں مانگتے۔"

جب ولیم جیمز ڈارڈر ویسٹمنسٹر کے پروفیسر تھے، انھوں نے ایک دفعہ کہا تھا۔
پریشانی کا شاہی علاج نہ ہی عقیدہ ہے۔

اسی بات کو دریافت کرنے کے لئے مجھے اور آپ کو بارہوی ٹنک جانے کی ضرورت نہیں۔ میری امی نے یہ بات مسوری کے ایک زرعی غارم پر دریافت کر لی تھی، سیلاب،

قرنِ معیشتیں، کچھ بھی تو اسی کی مسرور و روشن اور فاتحِ روح پر غالب نہ آسکا باہم کہتے
دقتِ دہ اکثر اوقات مندرجہ ذیل اشعار گنگنا یا کرتی تھیں، میں اب بھی دل کے کانوں سے
اُن کی دلکش آواز سن سکتا ہوں :-

امن، امن، عجیب و غریب امن

اور کہ باپ سے پیچھے بستا ہوا۔

منڈلاتا ہے میری روح پر، ناگتھی ہوں جب میں دعا

محبت کی آغوا ہروں میں۔

میری امی کی یہ خواہش تھی کہ میں اپنی زندگی مذہبی کاموں کے لئے وقف کر دوں۔
میں بھی غیر ملکی مبلغ بننے کے متعلق بھیدگی سے سوچا کرتا تھا، پھر میں کالج میں داخل ہو گیا اور
دقت کے ساتھ ساتھ میرے اندر بھی تبدیلی پیدا ہو گئی، میں نے حیاتیات، سائنس، فلسفہ اور
تقابلِ مذاہب کا مطالعہ کیا۔ میں نے کتابیں پڑھیں کہ بائبل کیسے لکھی گئی تھی۔ میں اسی کے
بہت سے افادوں پر جرح کرنے لگا۔ مجھے بہت سے سنگِ نظر اصولوں پر شک ہونے لگا جن
کی اس زمانے کے دیہاتی مبلغ تبلیغ کیا کرتے تھے۔ میں حیران اور پریشان تھا۔ دالٹ و
مین کی طرح میں نے بھی اپنے اندر انوکھے اور بے ربط استفسارات حرکت کرتے ہوئے محسوس
کئے، مجھے زندگی کا کوئی مقصد نظر نہیں آتا تھا، میں نے ناز پڑھنی چھوڑ دی اور مناظروں میں
زور و شور سے حصہ لینے لگا، مجھے یقین ہو گیا کہ زندگی بے ربط، منتشر اور بے مقصد ہے میرا
مقبہ ہو گیا کہ لاکھوں سے سال قبل رومے زمین پر گھومتے، اے دریاؤں جانوروں کی طرح کسی
بی آدم، سمجھا کوئی روحانی نصیب نہیں ہو سکتا، مجھے محسوس ہوا کہ اب دریاؤں کی جہزوں کی طرح کسی اور
نسل انسان بھی ناپید ہو جائے گی، میں جانتا تھا کہ سائنس کہتی ہے کہ سورج آہستہ آہستہ ٹکندہ ہوتا جا
ہے اور جہاں اس کا مدبرِ حیات دس فیصدی بھی نیچے گر گیا، ہر قسم کی زندگی کا وجود ناممکن ہو جائے
گا مجھے اس خیال پر ہنستا آتا تھا کہ ایک بزرگ و بزرگوار ہے جس نے انسان کو اپنی موت پر پیدا کیا

ہے، مجھے یقین ہو گیا تھا کہ لاکھوں کر دُردن سوچ جو اس تاریک سرد درجے جانِ طاری
 گھم رہی تھی اندھی طاقت کے تخلیق کئے ہوئے تھے ہی ممکن ہے وہ کبھی تخلیق ہی نہ کئے گئے
 ہوں، ممکن ہے کہ وہ بھی زمان و مکان کی طرح ہمیشہ سے موجود ہوں۔

کیا اب میں ان تمام سراوؤں کے جواب جاننے کا دعویٰ کرتا ہوں نہیں، آج تک کوئی
 انسان بھی کائنات کی اس حقیقت کو سلجھا نہیں سکا۔ زندگی ایک معما ہے۔ اور ہم چاروں فکر
 سے معمور ہیں گھرے ہوئے ہیں۔ آپ کے جسم کی ساخت ایک عجیبہ معما ہے لہٰذا آپ نئے گھر میں
 جڑ بکلی مگی ہوئی ہے وہ بھی ایک معما ہے۔ آپ کی دراز دار دیواریں جو پھول پڑا ہے اس کا
 بھی یہی حال ہے، یہی حال آپ کے دوشے کے باہر سرسبز گھاس کا ہے۔ جبرل موٹرز
 ڈیسرچ لیبارٹریز کا سرگرم ادارہ ذہین رہنما چارلس ایف کھرننگ اپنی جیسے نفیس نذرِ عالم
 سالانہ انٹی اوک کالج کو مفت یہ دریافت کرنے کے لئے دیتا ہے کہ گھاس کا رنگ بڑے کیوں
 ہے؟ وہی کا دعویٰ ہے کہ اگر آپ یہ معلوم ہو جائے کہ گھاس کس طرح روشنی ہوا اور پانی کو
 خوراک کی شکل میں تبدیل کرتی ہے تو ہم تہذیب و تمدن کو منقلب کر سکتے ہیں۔

آپ کی کار کا انجن بھی ایک عجیبہ معما ہے۔ بزنل موٹرز ڈیسرچ لیبارٹریز نے کئی سال یہ
 حلوم کرنے کی کوششیں کرت کر دیئے ہوں۔ ہزاروں ڈاؤنچ کر ڈالنے کو شعلہ سندانہ میں
 کیے اور کیوں دھماکہ پیدا کر دیتا ہے اور کار کو چلاتا ہے اور انہیں کوئی تسلی بخش جواب
 نہیں مل سکا۔

یہ حقیقت ہے کہ ہم اپنے جسم کی یا گیس کے انجن کے معنے کو نہیں سمجھتے۔ لیکن یہ حقیقت
 ہمیں ان سے متمتع ہونے سے مٹا نہیں کرتی اور نہ کسی قسم کا رکاوٹ پیدا کرتی ہے۔ اور یہ بھی
 ایک حقیقت ہے کہ یہی خدا اور مذہب کے معنے کو نہیں سمجھتا لیکن یہ چیز مرے اسی حسین اور
 خوشتر زندگی سے لطف اندوز ہونے کی حامل نہیں ہوتی جسے مذہب تیار کرتا ہے یا ختم کار

مجھے سنائیے کہ ان الفاظ کی عقل و دانش کا احساس ہو گیا ہے۔ انسان زندگی کو سمجھنے کے لئے نہیں بنایا گیا بلکہ اسے نبھانے کے لئے؟

میں بہت دور چلا گیا ہوں، خیر آدم ہر مطلب۔ میں یہ کہہ رہا تھا کہ یہ مذہب سے منحرف ہو گیا تھا لیکن یہ کہن دست نہ ہو گا کیونکہ حقیقت یہ ہے کہ میں نے مذہب کا ایک نیا نظریہ گھڑ لیا ہے۔ اب مجھے فزوں اور گروہوں کے اختلافات سے ذرا بھی دلچسپی نہیں جو گرجوں کی تعمیر کرتے ہیں لیکن مذہب جو کچھ میرے لئے کرتا ہے میں اس کی گہری دلچسپی لیتا ہوں جس طرح کو کچھ بکلی، اچھی خوراک اور ریاضی میرے لئے کرتے ہیں اسی میں خوشی لیتا ہوں، وہ مجھے ایک حسین، خوش باش اور مکمل زندگی بسر کرنے میں مدد دیتے ہیں۔ لیکن مذہب میرے لئے اس سے بھی زیادہ کرتا ہے وہ میرے لئے روحانی قدریں فراہم کرتا ہے۔ دیم ہیمنز کے الفاظ میں ”وہ حسین قرۃ العین تیرا اور مصلحت تیرے زندگی جہتا کرتا ہے۔“ — اور زندگی کے لئے ایک نیا دلولہ اور نیا جوش پیدا کرتا ہے۔ وہ مجھے یقین، امید اور حرمت دلاتا ہے، میری پریشانی، غم، تنہائی، کشمکش اور تشویش دھو کر دیتا ہے، میری زندگی کا مقصد اور راہیں بتائیں کرتا ہے۔ میری خوشی اور مسرت میں بے پایاں اضافہ کرتا ہے مجھے محبت اور تسکین دیتی ہے۔ وہ مال کرتا ہے۔ وہ مجھے اپنے لئے زندگی کے گروہ اور ریتے معراؤں کے درمیان امن اور تسکین کا غلستان تخلیق کرنے میں مدد دیتا ہے۔

ساتھ سے تین سو سال قبل فرانس سیکٹ نے بالکل درست کہا تھا: ”تھوڑا سا فلسفہ انسان کو درست کی طرف لے جاتا ہے۔ لیکن فلسفے کی گہرائیاں اور گہرائیاں انسان کو مذہب کی طرف مائل کر دیتی ہیں۔“

مجھے وہ دن اچھی طرح یاد ہیں جب لوگ جانس اور مذہب کی آویزش کے متعلق باتیں کیا کرتے تھے لیکن مذہب کوئی نہیں کرتا، جدید ترین سائنس — علم امرائن انفس — وہی کچھ

لے دوں گا زندہ جاوید فلسفی کے انگریزی کا صاحب طرز انشا پر دار فلسفی۔

سکھایا ہے جو یوں خود ہزار قبل سکھایا کرتا تھا۔ اس نے ماہرین علم امرائن انفس محسوس کرنے لگے ہیں کہ نازا در مستحکم مذہبی عقیدہ پر لیشائیوں، تشویشوں، اذروں اور اعصابی کشمکشوں کو دور کرنے میں مدد دیتا ہے جو کہ ہماری نصف سے زیادہ بیماریوں کے ذمہ دار ہیں، وہ جانتے ہیں جیسا کہ ان کے ایک ممتاز رہنما ڈاکٹر اسے اسے بکلی نے کہا ہے۔ "جو شخص صحیح معنوں میں مذہب کا پابند ہوتا ہے، کبھی اعصابی اور ذہنی امراض کا شکار نہیں ہوتا۔"

اگر مذہب سچا نہیں ہے تو زندگی بے معنی ہے یہ ایک المناک سوالگ ہے۔

میں نے ہنری فورڈ کے انتقال سے چند سال پہلے ان سے ملاقات کی تھی، ملاقات سے بیشتر مجھے اُمید تھی کہ اس نے دنیا کا عظیم ترین کاروبار تعمیر کرنے اور نظم کرنے میں جو طول عرصہ صرف کیا ہے، اس کے نشان اور مہربانیاں اس کے چہرے سے نمایاں ہوں گی لیکن مجھے یہ دیکھ کر بڑا تعجب ہوا کہ اٹھتر سال کی عمر میں بھی وہ بالکل خاموش، متین اور مطمئن نظر آتا ہے جیسا کہ اس سے پوچھا۔ آپ کبھی پریشان بھی ہوئے ہیں؟ اس نے جواب دیا نہیں میرا عقیدہ ہے کہ جب خدا ہر چیز پر غمت رہے تو آخر میں ہر چیز کا نتیجہ بہترین ہی ظاہر ہوگا۔ پھر پریشان ہونے کی کیا ضرورت ہے؟

آج علم امرائن انفس کے ماہرین انجیل مقدس کے مبلغ بنے جا رہے ہیں، وہ ہیں مذہبی زندگی بسر کرنے کی اس لئے ترغیب نہیں دے رہے ہیں کہ ہم اگلی دنیا کے جہنم کے شعلوں سے بچ جائیں گے وہ مذہبی زندگی بسر کرنے کی اس لئے ترغیب نہیں دے رہے ہیں کہ ہم اگلی دنیا کے جہنم کے شعلوں سے بچ جائیں گے، وہ مذہبی زندگی اختیار کرنے کے لئے اسلئے امرام کر رہے ہیں کہ ہم اگلی دنیا کے جہنم کے شعلوں سے معصی ناسور سوزش سوز، اعصابی کشمکش، اختلاط قلب سے محفوظ ہو جائیں۔ ہمارے ماہرین امرائن انفس اور نفسیات دان کیا بتلیق کر رہے ہیں۔ اس کی ایک مثال حاضر ہنری سی مناک کی کتاب مذہب کی طرف مراجعت میں دیکھیے۔ غلامی آپ کی پبلک لائبریری میں اس کی ایک جلد ہوگی۔ سچا عیسوی مذہب ایک ولولہ انگیز اور صحت بخش فعل ہے

یسوع نے کہا تھا۔ ”میں آیا ہوں تاکہ تمہیں زندگی مل سکے، اور زیادہ فراوانی سے۔“ یسوع نے ان خشک اسالیب اور مردہ رسوم کی خدمت کی اور انہیں جھٹلایا جو اس کے زمانے میں مذہب کے نام پر مروج تھیں، وہ باطنی تھا، اس نے ایک نئے مذہب کی تبلیغ کی۔ اور اس مذہب نے دنیا کو زیر و زبر کرنے کی دھمکی دی۔ یہی وجہ ہے کہ اسے سولی پر چڑھایا گیا۔ اس نے ایک ایسے مذہب کا پرچار کیا جو انسانوں کے لئے ہے۔ نہ کہ انسان مذہب کے لئے بلکہ یوم السبت انسان کے لئے بنایا گیا ہے۔ انسان یوم السبت کے لئے نہیں، اس نے گناہ کی نسبت خوف کا زیادہ ذکر کیا۔ خوف ہی کا غلط پہنچنا ہے۔ اپنی صحت کے خلاف گناہ، ایک حسین تر، مکمل تر، خوش تر اور بلند تر زندگی کے خلاف گناہ اور یسوع نے اسی کا پرچار کیا۔ میرن اپنے آپ کو مسرت کی سائنس، پروفیٹر کہتا تھا۔ یسوع۔ مسرت کی سائنس کا استاد تھا۔ اس نے اپنے پیروؤں کو خوشی منانے اور مسرت سے ناچنے کا حکم دیا۔

یسوع نے اعلان کیا کہ مذہب میں صرف دو چیزوں کو اہمیت حاصل ہے، بدل دہان خدا سے محبت کرنا اور اپنے بھائی کو اپنے جیسا سمجھنا۔ جو شخص ان دونوں باتوں پر عمل کرتا ہے وہ پابند مذہب ہے۔ اس سلسلے میں میرے سرسری پرائس آف ٹرس (کلاما ماما) اب دہشتہ مثال ہیں، بے شک وہ گرجے کے اندر نہ جاؤں اور اپنے آپ کو کچھ ہی مناظرہ باز کیوں نہ ثابت کرنے کی کوشش کریں سب کچھ بے معنی ہے کیونکہ ان کی زندگی اسی گہری اصول کے مطابق بسر ہو رہی ہے۔ وہ کوئی ایسا کام نہیں کر سکتے جو خالیت خور غرضی یا بددیانتی پر مبنی ہو، انسان کس بات سے مذہب پرست بنتا ہے اس کا جواب جان لی سے سنیے، جان لی ایڈلبرائو نیوٹن میں دینیات کا غالباً ممتاز ترین پروفیٹر تھا، وہ کہتا ہے ”چند نظریات کو ذہنی طور پر قبول کرنے اور کسی خاص اصول کو اختیار کرنے سے کوئی شخص مذہب کا پابند نہیں بن سکتا۔ سچا مذہبی بننے کے ایک مخصوص رواج کا مالک ہونا۔

لے وہ دن جو عبادت الہی اور آرام و راحت کے لئے مخصوص ہو، عبادت و آرام کا یہ دن بھی اسرائیلی تھے لے مقرر کیا گیا تھا۔ نیوٹن کی نیچرکریسٹینٹیوں کی اتوار یوم السبت ہے، انجیل ۶

کا مالک ہونا اور ایک مخصوص زندگی کو اختیار کرنا ضروری ہے۔

نفسیات جدید کے باطل و مہمیز نے اپنے مدت پر فیئر ٹاس ڈیوڈس کو نکھانھا کہ جوں جوں وقت گزرتا جاتا ہے۔ میرا خدا پر ایمان بڑھتا جاتا ہے۔

میں اس کتاب میں کہیں ذکر کر چکا ہوں کہ جب جوں نے بہترین کہانی کو چننے کی کوشش کی تو انہیں وہ کہانیاں اس قدر دلچسپ اور نفیس نظر آئیں کہ انہیں یہ بتانا دشوار ہو گیا کہ بہترین کس کو قرار دیا جائے، چنانچہ انعام کی رقم تقسیم کرنی پڑی۔ اول انعام کی مستحق دوسری کہانی مسند ربو ذیل ہے۔ یہ ایک خاقان کا ناقابل فراموش تجربہ ہے جسے یہ شکر راستہ تلاش کرنا پڑا کہ وہ حد کے بغیر کچھ نہیں کر سکتی۔

یہی اس خاقان کو میری کئی عین کہوں گا اگرچہ یہ اس کا اصلی نام نہیں ہے وہ بیٹوں اور پوتوں والی ہو چکی ہے۔ اور وہ اس کی کہانی چھپی ہوئی دیکھ کر پریشان ہو جائیں گے چنانچہ میں اس کے ساتھ منتقل ہو گیا کہ اس کی شخصیت ظاہر نہیں کی جائے گی۔ تاہم عورت بھی حقیقتی ہے اور اس کی کہانی بھی سچی ہے۔ چند جینے ہوئے، وہ آرام کر رہی پر میرے برابر بیٹھی ہوئی تھی اور اس نے اپنی جو کہانی سنائی وہ سن کر جڑ پکڑ لی ہے۔

اس نے کہا: سرد بازاری کے دونوں میں میرے شوہر کی اوسط آمدنی اٹھارہ ڈالرنی ہفتہ تھی اکثر اوقات میں اتنی رقم بھی نہیں ملتی تھی۔ کیونکہ جب میرا شوہر بیمار پڑ جاتا تو اسے معاف نہ نہیں ملتا تھا۔ اور یہ حادثہ اکثر ہوتا تھا۔ میرے شوہر کے ساتھ کئی چھوٹے موٹے حادثے پیش آچکے تھے۔ پھر اس پر لکھو، سُرُخ، بخار اور انفلوئنزائے بھی کئی حملے ہو چکے تھے۔ ہم نے اپنے ہاتھوں سے جو چھوٹا موٹا سا مکان بنایا تھا۔ وہ بھی ہم سے چھن گیا، بیچون دوش کے مرنے پر پاس ڈالر دینے تھے۔ اور اس پر طرہ یہ کہ کھانے کے لئے پانچ بچے موجود ہیں پڑوسیوں کے کپڑے دھوئی، استری کرتی اور اس طرح جو آمدنی ہوتی۔ اسے فوجی سٹور سے پرانے کپڑے خرید لاتی اور انہیں اڈھیڑ کر اپنے بچوں کے کپڑے بنا دیتی۔ ہر وقت کا پریشانی

اور، ہم اکثر اوقات کہتے: ظہن سے محروم ہو جاتے ہیں۔

ادہ، ہم کس قدر بے ضرورت حد برداشت کرتے ہیں۔

سب کچھ اس لئے کہ ہم نہیں لے جاتے

ہر ایک چیز دعا کے ذریعے خدا تک!

جب ہی اس مناجات کو سن رہی تھی مجھے محسوس ہوا کہ میں نے ایک بڑی المناک غلطی کی ہے، یہ اپنی ساری کٹھن اور جگر گداز لڑائیاں تنہا ہی سر کرنے کی کوشش کر رہی ہو، اس دعا کے ذریعے ہر چیز خدا تک نہیں پہنچتی۔ میں فوراً اٹھ کھڑی ہوئی، گیس بند کیا، دروازے کھول دیئے اور کھڑکیاں چڑھا دیں۔

”میں باقی سارا دل روتی اور دعائیں مانگتی رہی، میں نے صرف مدد ہی کے لئے دعا نہیں مانگی۔ بعد خدا کی نعمتوں کا تذکرہ دل سے شکر ادا کرتی رہی، اس نے مجھے کتنی نعمتیں دی

تھیں، پانچ تندرست، خوبصورت اور ذہنی اور جسمانی اعتبار سے مضبوط بچے، میں نے خدا سے وعدہ کیا کہ کبھی بھی دوبارہ اس کی دوبارہ ناشکر گدا نہیں منوگی اور میں نے اس وعدے کو پورا کیا، ”جب ہم اپنے مکان سے محروم ہو گئے اور پانچ ڈالر ماہوار پر ایک سکول کی عمارت کرائے

پر نہ کر رہے تھے، یہ بھی خدا کا شکر کرتی تھی کہ ہمارے پاس سر چھپانے اور گرجی سرسڑی

سے بچنے کے لئے کم از کم چھت تو ہے، میں غلوں اور دیانتداری سے اپنے پروردگار کا شکر ادا کرتی تھی کہ حالات بدتر نہیں ہوئے۔ اور میرا یقین ہے کہ اس نے میری دعا سنی۔

وقت پر عمارت کے حالات بہتر ہونے لگے۔ راتوں رات نہیں بکرتی، رات آہستہ آہستہ جب شرابانہ

کم ہونے لگی، ہمارے پاس بھی تھوڑا تھوڑا پیسہ آنے لگا مجھے ایک بڑی دیہاتی کلب میں ٹویسوں

کی پڑتال کرنے والی لڑکی کی ملازمت مل گئی اور ملازمت کام کے طور پر جرابی نیچنے لگی، میرے

ایک۔ بیٹے کو زرمعی فارم میں کام مل گیا۔ وہ صبح شام تیرہ گھنٹے دہکتا تھا، اس طرح اسے کالج

میں داخل ہونے کے لئے مدد مل گئی۔ آج میرے بچے جوان اور رش دی شدہ ہیں، میرے

تین خوبصورت یوتے پوتیاں ہیں اور جب مجھے خوفناک اور ڈراؤنا دن یاد آتا ہے جب میں نے گیس جلا یا کھانا میں بار بار خراکاشکر بجاتی ہوں کہ میں وقت پر بیدار ہو گئی۔ اگر میں وہی وطیرہ اختیار کئے رکھتی تو میں کتنی ہی خوشیوں سے محروم رہتی! کتنے ہی شاندار رسالوں سے ہمیشہ کے لئے ہاتھ و ہدیہ! اب جب میں کسی کو یہ کہتے سنتی ہوں کہ میں زندگی کو ختم کرنا چاہتا ہوں، تو میرا جی چاہتا ہے کہ زور زور سے چلاؤں، 'اسامت کرو، ہماری زندگی کے تاریک لمحات صرف وقتی اور عارضی ہوتے ہیں۔۔۔۔۔ اور پھر تسلسل آتا ہے۔۔۔۔۔ سہانا اور تابناک مستقبل!۔۔۔۔۔'

اور کئی ہی اور ایسا پختیس منٹ میں ایک شخص خودکشی کرتا ہے۔ تقریباً ایک سو بیس سینکڑوں میں ایک شخص پاگل ہو جاتا ہے۔ ان میں سے اکثر استیروں - اور نامیائے جنون کے المیوں کی ایک کثیر تعداد۔۔۔ سے دامن بچایا جاسکتا ہے۔ اگر مذہب و دعائی جو راحت اور سکین ملتی ہے اسے یہ لوگ حاصل کرنے کی کوشش ہی کریں۔

عمر خانہ کے ممتاز مدیرین ٹام امرمن، انفس ڈاکٹر کاول، جنگ اپنی کتاب جدید انسان روح کی تلاش میں نہیں کہتے ہیں پچھلے تیس سالوں کے دوران میں روئے زمین کے تقریباً تمام جہذب ممالک کے لوگوں نے مجھ سے شورہ حاصل کیا ہے زندگی کے دوسرے نصف یعنی پچیس سال سے اوپر کے میرے سارے مریضوں میں کوئی شخص بھی ایسا نہیں جس کے مسئلے کا آخری حل زندگی کے نہر میں فقط نظر میں نہ ملتا ہو یہ نہایت سانی سے کہا جاسکتا ہے کہ یہ لوگ اس لئے بیمار ہوئے کیونکہ وہ اسی چیز سے محروم ہو چکے تھے جو ہر زمانے کے لئے خدا ہی نے اپنے پیروکاروں کو دی ہے اور یہ حقیقت ہے کہ ان میں سے کوئی بھی اسی وقت تک صحت یاب نہ ہوا جب تک کہ اس نے دوبارہ مذہب کی طرف رجوع نہیں کیا۔

یہ بیان اس قدر دقیق اور اہم ہے کہ میں اسے بلی حروف میں ملکہا نہ چاہتا ہوں۔

لے ناشر، کینگا، پائل، فریج، ٹرب زائینڈ کینی ٹیڈ

ڈاکٹر کارل یونگ کہتے ہیں۔

”پچھلے تیس سالوں کے دوران میں رہنے زمین کے تقریباً تمام ہندسے لگ بھگ لوگوں نے مجھ سے مشورہ حاصل کیا ہے۔ زندگی کے دوسرے نصف میں پچیس سال سے ایچ کے میرے سارے مریضوں میں کوئی شخص بھی ایسا نہیں جس کے مسئلہ کا آخری حل زندگی کے مذہبی نظریوں نہ تھا جو یہ نہایت آسان قسم سے کہا جاسکتا ہے کہ یہ لوگ محض اس لئے تیار نہ ہوئے کیونکہ وہ اس چیز سے محروم ہو چکے تھے جو ہر زمانے کے زندہ مذاہب نے اپنے پیروکاروں کو دی ہے اور یہ حقیقت ہے کہ ان میں سے کوئی بھی اسی وقت تک صحت یاب نہ ہوا۔ جب تک کامیابی کے دوا مذاہب کی طرف رجوع نہیں کیا۔“

دیم جین نے بھی تقریباً اسی بات کہی تھی۔ ”ایسا ان قوتوں میں سے ایک قوت ہے جن کے سہارے انسان زندہ رہتا ہے اور اس کی کامل عدم موجودگی کا نتیجہ شکست اور انحطاط ہوتا ہے۔“

عینہ ترین سندروستانی رہنما آرتھوفا فی جہا تا گا ندھی کیسے ختم ہو چکے ہوتے اگر وہ بھیجن کی زندگی بخش قوت ہے نہیں یا نہ ہوتے۔ مجھے یہ کیسے معلوم ہوا کیونکہ خود گا ندھی بیچا نے کہا تھا کہ اگر بھیجن نہ ہوتے تو میں ہوتا تو میرے پیچھے یا لگ ہو گیا ہوتا۔“

مزاروں لوگ اس کی تصدیق کہہ سکتے ہیں کہ میں نے پہلے عرض کر چکا ہوں اگر میری والدہ کی دعا میں اور ایمان شافی حال نہ ہوتا تو خود میرے آبا جی کو بھی کے جھلانگ لٹکانے کی دوسری طرف ہوتے وہ ہزاروں بھیس بندہ زندہ رہیں جو ہمارے یا لگ خانوں کی عیاری ہیں، غائبانہ دھوکوں کی زندگی بسر کر سکتے تھے اور انہوں نے اپنی جینیں شہا دت کے بدلے دیں اور بلند و برتر طاقت سے مدد مانگی ہوئی۔

جب ہم نچ پر جاتے ہیں اور ہماری ہمت جواب دینے لگتی ہے تو ہمیں یہ ہے۔

بہت سے مایوس ہو کر خدائی ظوف رجوع کرتے ہیں۔ — تو مری کے بل کی کوئی دہریہ نہیں ہے۔ لیکن چھ مایوس ہونے تک کیوں انتظار کریں؟ بہوں مذہب و مذہب اپنی طاقت کو جان کر ہی اتوار مری کا کیوں انتظار کریں؟ کئی سالوں سے میری یہ اہمیت چلی آہری بے کرہل ہونے کا آخری شاہ کو خانی کو حوالہ دیا گیا ہے یہ یکنیوں کی فنی جھلک میں ہونا کہ روحانی چیزوں کے متعلق سوچنے کے لئے میں چند منٹ میں بیکل مکتا ہوا تھا اپنے دل میں کہتا ہوں۔ ”ڈیل کاریگی، ذرا ایک منٹ ٹھہرو۔ اور سے چھوٹے سے آدمی آئی بیکراوی اور جھلک کیوں؟ قبیل چاہیے کہ تھوڑی دیر کو قف کو اور زندگی کے تہہ پر نظر دوڑاؤ! ایسے مقبول پر اکثر اوقات برہمی جیسے پہلا کر جانظر آتا ہے، یہ اس کے اندر بد جانتی ہے اگرچہ یہ پرنسٹ ہوں لیکن میں سننے کی آخری شاہ کو اکثر یا پھر ایڈیٹر پرنسٹ پیرک کے گرتے بل جاتے ہیں اور اپنے آپ کو یاد دلاتا ہوں کہ مشابہ آئندہ میں سالوں میں میں مرادوں کا یہی ان غلیم روحانی حقیقتوں کا دور چھائیوں کو یاد کرتا ہوں جو اب بھی اور جعفری ہی اور بن کی تمام اندامیں متعین کرنے میں کھنچوں کہ ایسا کرنے سے میرے اخصار سے رکھنا جو جاتے ہیں میرے جسم کو آرام پہنچتا ہے میرا تانہ و وسیع ہو جاتا ہے اور مجھے اچھی میں کائناتی مدد میں معین کرنے میں مدد ملتی ہے کیا میں آپ سے بھی اسی عمل کی سفارش کر سکتا ہوں۔

میں نے اس کتاب کے لکھنے میں پچھ سال صرف کئے ہیں اس غرض میں یہ نے ہزاروں شاہیں اور ٹھوس شہادتیں سمجھ کر ہی کو کوڑوں نے دعا کی مدد سے کیسے ڈرامہ پریشانی کو منہ پر کیا۔ میری فعل ایسے واقعات و مشاغل سے بھری پڑی ہے یہاں میں آپ کو ایک ٹکٹ دیں۔ ۱۰۰ مہر کتب فروش کی مشائی کہانی سناتے ہوں۔ اس کا نام ”بلان آہ“ انتھونی سے مدد اب ہونے لگی ہے (یہ اٹارنی ہے) اور اس کا دستر تبصرہ شہر کی واقع ہے، اس کی کہاں۔

ذیل ہے جو اس نے خود ہی مجھے سنا دیا تھا

”بائیس سال گذرے، میں نے اپنا پرنسٹ ناخوشی دستر بند کر دیا اور تکانوں

کتابوں کی ایک کمپنی کا اضافی نمائندہ بن گیا، میرے ذمے کویلوں کے پاس قانون کی کتابوں کا ایک سیٹ بیچنے کا کام لگایا گیا۔ کتابوں کا سیٹ بروکیل کے لئے مانگنا ضروری تھا۔
 ”مجھے اس کام کی خوب اچھی طرح اور بیکل تربیت دی گئی، میں نے فروخت کی جادو اسٹریٹجی اور رقم کے ممکنہ اعتراضات کے منقول جوابات سمجھ لئے، کسی کویل کے پاس جانے سے پہلے میں انٹارنی کی حیثیت سے اس کے نزوں، اس کی پریکٹس کی نوعیت، اس کی سیاست اور دل پسند شخصوں کے متعلق معلومات حاصل کر لیتا، ملاقات کے دوران میں ان معلومات کو کافی ہوشیاری اور سلیقے سے اپنے کام میں لاتا، پھر بھی کوئی نہ کوئی خامی رہ جاتی تھی اور مجھے کتابوں کے لئے آمدورہ نہ مل سکتے۔

میں بہت مایوس اور بیدار ہو گیا، جوں جوں دن اور ہفتے گزرتے گئے میں اپنی کوششیں دہرائی جو گئی کرتا لیا پھر بھی میری بجری اتنی نہ ہو سکی جو میرے اخراجات کی کفیل ہو سکتی۔ میرے اندر خوف اور ہشت کا احساس پیدا ہو گیا۔ میں لوگوں سے ملتے ہوئے گھبراتا تھا، جب برکسی بروکیل کے گھر کے اندر داخل ہوتا، خوف کا یہ احساس اتنا شدید ہو جاتا کہ دروازے کے باہر اُدھر اُدھر قدم نہ پتا رہتا۔ بلاڈنگ سے باہر نکال کر بلاک کے چکر کاٹنے لگتا، آخر کافی قیمتی وقت ضائع کرنے اور بعض قوتِ امادی سے دفتر کا دروازہ کھٹکھٹانے کے لئے کافی جرأت اور حوصلہ پیدا کر کے میں کانپتے ہوئے ہاتھوں سے نیم امیوی کے عالم میں دروازے کی چٹنی گھسنا کو میرا مسلہ و بعض اندر ہو گا۔

دارے منجر نے دھکی دی کہا گری تے مزید آرڈر نہ بھجوائے تو وہ میری پیشگی بند کر دے گا۔ گھر میں بیوی اپنے اور اپنے تین بچوں کے اخراجات چکانے کے لئے پیسوں کو اتنا ضائع کرتی تھی ہر وقت پریشان رہنے لگا، مایوسی روز بروز مجھ پر غالب آتی گئی میری بیوی میں اتنا تھا کہ کیا کروں۔ میری گری پہلے کہ چٹاموں، میں اپنی پراسٹیوٹ پریکٹس بند کر کے کہ وہ اب دے چکا تھا اور وہ اب دوسرے لوگوں کے پاس

جا چکے تھے مجھے کہیں سے امید کی کرن نظر نہیں آتی تھی میں بالکل تلاش ہو چکا تھا میرا جیب میں اتنے پیسے بھی نہیں تھے کہ میں ہٹل کے بل ہی ادھر کر سکتا یا گھر جانے کے لئے ٹکٹ خریدا سکتا۔ اور ارمیر سے پاس ٹکٹ کے دام بھی ہوتے پھر بھی مجھ میں اتنی جرأت نہیں تھی کہ شکست خوردہ آدمی کی طرح گھر لوٹ کر جاتا۔ انجام کار ایک ماہ میں کن شام کو آہستہ آہستہ چلتا ہوا اپنے ہونٹ کے کمرے میں پہنچ گیا۔۔۔ عمار سے خیال میں آخری مرتبہ جہوں تک مسیحا اٹھتا ہے میں ذہنی اور جسمانی اعتبار سے مکمل شکست قبول کر چکا تھا۔ ہاؤس، انا امید، شکستہ دل میری کجہ میں نہیں آتا تھا کہ وہ سناستہ اختیار کروں، مجھے اپنے مرنے یا جینے کی دلی غامی پرواہ نہیں تھی۔ مجھے اندر سے ہورہا تھا کہ میں پیدا ہی کیوں ہوا۔ ایک رات میں سے کمرہ دودھ کے ایب گلاس کے ہوا کچھ نہ کی یا نہ پایا اور اتنا بھی میرے متادور سے زیادہ تھا۔ اس بات میں سمجھا کہ شکستہ دل تو کبھی ہونا کی گھر کی سے کو دپڑتے ہیں، اگر مجھ میں اتنی جرأت ہوتی تو شاید میں بھی کو گزرتا ہی سرچنے لگا کہ آخر زندگی مقصد کیا ہے، مجھے معلوم نہیں تھا اور نہ میں اسے سمجھ سکتا۔

”چونکہ وہاں کوئی شخص نہیں تھا جس سے میں اپنا دکھ درد کہتا۔ میں نے خدا کی طرف رجوع کیا، میرے دل سے دعا مانگنے لگا۔ میں نے قادر مطلق سے التجا کی کہ اسے خدا تو مجھے بالکل ہی دانا امید کی ہار ایک معمولی بھیریں سے نکال اور مجھے روشنی، عقل اور سمجھ عطا کر تاکہ میں اس جالی کو توڑ کر باہر نکل سکوں، اسے خداوند باقی تو مجھے کت لوں کے اور ذرا حاصل کرنے میں مدد دے تاکہ میں اپنے ابن دعیال کو پانے کے لئے پیسے حاصل کر سکوں۔۔۔ یہ تو میری دعا قبول کرو، میں تیرا ناجائز اور گناہگار بندہ ہوں اور مجھے امید ہے کہ تو مجھے دھکا دے گا نہیں یہ دعا مانگنے کے بعد میں نے اپنی آنکھیں کھولیں اور ہونٹوں کے اس تہا اور اداس لکڑے میں ایک بیزر پائیل پڑی ہوئی دیکھی، میں سننے سے بڑھ کر اٹھایا اور کھول کر دیوے کے ان حسین کاغذی غریفی وعدوں کو پڑھنے لگا جس نے صدیوں تک تہا پریشان اور شکست خوردہ انسانوں کو

دھارس دھاتی ہوگی اور ان کے دونوں کے اندر نئی انگلیں پیدا کی ہوں گی۔
 "اپنی زندگی کے متعلق کوئی خیال نہ کرو، تم کیا کھاؤ گے اور کیا پیو گے۔ اور خدا اپنے جسم
 کے لئے تم کو کیا پہنو گے، کیونکہ زندگی گوشت اور جسم لباس سے بڑھ کر نہیں ہے؛ فضا کے پرندوں کو
 دیکھو، وہ نہ بوتے ہیں نہ کھاتے ہیں نہ اپنے گودا میں بچہ رکھتے ہیں، پھر بھی تمہارا آسمانی باپ
 تمہیں روزی دیتا ہے، کیا تم ان سے کہیں زیادہ افضل نہیں ہو؟..... لیکن پہلے تم خدا
 کی حکومت اور اس کا انصاف تلاش کرو اور پھر یہ ساری چیزیں تمہاری ہوں گی۔"

"جب میں نے دھاتی اور ان الفاظ کو پڑھا، ایک ججزہ ہلور پذیر ہوا۔ میسری
 اعصابی کشمکش ختم ہو گئی، میری تشویش، پریشانی اور خوف دور ہو گیا۔ اور ان کی جگہ اظہار
 والہ برأت، امیدوار کا میاب یقین نے محل۔

مگر چوٹل کے بل ادا کرنے کے لئے میرے پاس کافی پیسے نہیں تھے، پھر بھی میں خوش
 تھا، میں بستر پر بیٹ گیا، اور تم کے فکر و غم سے آزاد ہو کر گہری نیند سو گیا۔ برسوں کے بعد
 مجھے پہلی بار یہ سکون اور اطمینان نصیب ہوا تھا۔

"اگلی صبح میری روح اسی قدر آزادی محسوس کر رہی تھی کہ میں ہنسکی سی اپنے آپ پر قابو پا
 سکا۔ میرے لئے کامیابیوں کے دروازے کھل گئے تھے، میں اپنے اندر ایک نیا دولت
 محسوس کر رہا تھا۔ اچانک سردار بارشی دن کو میں دیرانہ اور شب تدم اٹھاتا ہوا، اپنے پہلے
 پراسکٹ کے دفتر پہنچ گیا، میں نے مضبوط اور مضبوطی کے دروازے کی چھتی چھتی
 اور منسوب اور مستعدی اور رفتار سے سکاٹے ہوئے ہی، گڈ مارنگ سروسٹھ ہی آل امریکن ۵۰
 ایک کمپنی کا نمائندہ جان آرا، استغوفی ہوں؟

"جی ہاں، جی ہاں، اُس نے اٹھ بڑھاتے ہوئے اپنی کرسی سے اٹھ کر کہا: آپ سے مل
 رہی خوش ہوئی، آئیے، بیٹھئے۔
 جسے اس روز اتنے آؤر حاصل ہوئے کہ ہفتوں میں بھی نہ بہہ گئے ہوں گے۔ اس شام

میں ایک خلیق ہمیر کی طرح غم سے گردن بلند کر کے ہونٹ کے اندر داخل ہوا۔ میں اپنے
 تپ کو ایک ہلکے نیا انسان محسوس کر رہا تھا اور فی الواقع میں ایک نیا انسان تھا۔ میرا ذہنی
 رویہ نیا اور کامیاب تھا۔ آج مجھے صرف گرم دودھ کے ٹکڑے پر گزارہ کرنے کی ضرورت نہ تھی
 نہیں صاحب، تو بوجھتے ہیں نے خوب پیٹ بھر کر کھجی اور گوشت کھایا۔ اس دن سے میری
 آمدنی میں تیزی سے اضافہ ہونے لگا۔

”اکیس سال پہلے اس روز میری طبیعت (کے ایک معمولی ہونٹ میں میرے اندر ایک
 نیا انسان پیدا ہوا تھا۔ اگلے روز بھی میرے خارجی حالات ویسے ہی تھے جیسے کہ میری
 ہفتوں کی ناکامی کے دوران میں تھے میرے اندر ایک زبردست انقلاب آچکا تھا، میں
 اچانک خدا سے اپنے تعلقات کی نوعیت سے واقف ہو گیا تھا، معنی اکیلا آدمی آسانی سے
 شکست کھا سکتا ہے ایک شخص جو اپنی قوت کا مالک ہو اور جس کو فضل ایزدی حاصل ہو
 وہ ناقابلِ تجربہ ہے، میں کیونکر جانتا ہوں کیونکر خود میری زندگی میں واقف ہو چکا ہے۔

”ماتھے اور آپ کو دیا جائے گا۔ ڈھونڈیے اور آپ پائیں گے و دستک دیجئے اور

دروار سے آپ کے لئے کھل جائیں گے؟“

جب مسز ای جی۔ پیارڈ ۱۹۲۱ء آٹھویں سب سٹ ہائی لینڈ رلائی نو اہم) اپنی زندگی
 کے سخت ترین ایسے سے دوچار ہوئی اسے معلوم ہوا کہ اسے صرف اسی وقت سکون اور طبعان
 مل سکتا ہے اگر وہ خداوند خدا کے سامنے جھک جائے اور وہ زانو ہو کر کہے ”خدا یا! ہو گا
 وہی جو تو چاہے گا، میرے چاہے کچھ نہیں ہو گا“

وہ مجھے ایک خط میں لکھتی ہے ”ایک روز شام کے وقت ہمارے ٹیلیفون کی گھنٹی بجی،
 یہ جو دھوی مرتدہ بنی تھی، لیکن اب مجھے ریسور اٹھانے کی ہمت نہیں پڑتی تھی، یہ جاتی تھی
 کہ آواز دھڑ دھڑ پینال سے آرہی ہوگی۔ میں خوفزدہ تھی کیونکہ مجھے خطرہ تھا کہ ہمارا چھوٹا بچہ
 موت کی آغوش میں جا رہا ہے، وہ گردن توڑ ٹھار میں مبتلا تھا، اسے پہلے ہی ٹیلیفون کے ٹیکے

دیئے جا چکے تھے، لیکن اس نے اس کے درجہ حرارت کو بے فائدہ کرنے اور بگاڑنے کے سوا کچھ نہیں کیا تھا اور ڈاکٹر ڈر رہا تھا کہ بیماری اس کے دماغ تک پہنچ چکی ہے۔ شاید یہ اس کے دماغ میں رسولی پیدا کر دے گی۔ اور اس کے بعد موت؛ ٹیلیفون وہیں سے آیا تھا جس کا مجھے خطرہ تھا، ہسپتال سے آواز آرہی تھی، ڈاکٹر میں جلدی ہسپتال آنے کے لئے کہہ رہا تھا۔

”شاید آپ یہ سہ اور میرے شوہر کے ذہنی کرب کا اندازہ کر سکیں جو ہم اتنا خار خانے میں بیٹھے برداشت کر رہے تھے۔ وہاں اور لوگ بھی موجود تھے اور سب کے پاس بچے تھے، اور ہم وہاں خالی ہاتھ بیٹھے ہوئے تھے اور سوچ رہے تھے کہ میری گود بھی دوبارہ مہری ہو سکے گی یا نہیں۔ آخر کار ڈاکٹر صاحب نے ہمیں اپنے پاس بلایا۔ ان کی صورت دیکھ کر ہمارے دل ڈوب گئے، اور رہی بھی امید ہی باقی رہی۔ ان کے الفاظ نے ہم یابوسی کی اتھاہ گھرائیوں میں پھینک دیا۔ انہوں نے کہا کہ آپ کے بچے کے پچنے کا چارہ میں صرف ایک امکان ہے، اگر آپ کسی اور ڈاکٹر کو جانتے ہوں تو براہ مہربانی اس سے تصدیق کر لیں۔“

”گھر لوٹتے ہوئے میرا شوہر بائبل موصول ہار بیٹھا اس نے مٹھی بھینچ کر سٹیزنگس وکیل کو دعا کا دیا۔ پھر ملنا۔ بیٹس میں مرکز یہ برداشت نہیں کر سکتے، آپ نے کسی مذکورہ دتے دکھایا ہے؟ یہ کوئی خوشگوار ذرا رہ نہیں سوتا، راستے میں ہم نے کار کھڑی کر دی۔ اور کچھ باتیں کرنے کے بعد گرجے کے اندر جا کر دعا مانگنے کا فیصلہ کر لیا کہ اگر خدا الٰہی مرضی سے کدو ہمارا پچھیسے تو ہم اس کی مرضی کے تابع رہیں گے۔ یہی ایک کونے میں بیٹھ گئی، میری آنکھوں سے آنسوؤں کی جھڑی لگی ہوئی تھی اور میں کہے جا رہی تھی کہ جو کاد ہی جو تو چاہے گا۔ یہ تیری مرضی میں کوئی دخل نہیں دے سکتی۔“

”جنہی میں نے یہ الفاظ کہے، مجھے ایسا اطمینان اور سکون محسوس ہوا۔ جس کا مجھے کافی عرصے سے تجربہ نہیں ہوا تھا۔ میں ایک اندرونی کیف میں کھ گئی اور میری مرض پر ایک نیا

نبرد چھانگیا۔ گھر جاتے ہوئے ہی مارا راستہ یہی کہتی رہی ہو گا وہی جو تو چاہے گا۔ گیس تیری
مرغی میں کوئی دخل نہیں دے سکتی۔

”میں اس رات پہلا بار صفت بعد اہیتن کے ساتھ سوئی، چند دنوں کے بعد ڈاکٹر
صاحب نے ہلاک میں بتایا کہ بچہ حیران سے گزر چکا ہے، یہ خداوند خدا کا شکر ادا کرتی ہوں
کہ آج ہمارا بچہ باطل اور رست اور بیچ سلامت ہے اور چار سال کا ہو چکا ہے“

یہ ایسے لوگوں کو جانت ہوں جو سمجھتے ہیں کہ مذہب مرض عورتوں، بچوں اور مسلمانوں کے
نے بنایا گیا ہے انہیں اپنے نمرود ہونے پر فخر ہے جو اپنی زڑا یاں تنہا ہی لڑ سکتے ہیں۔
انہیں یہ جان کر تعجب ہو گا کہ دنیا کے بہت سے شہداء اہل حق ”نمرود“ عبادت کرتے
ہیں اور نہ مائیں مانگتے ہیں۔ شاہ ”نمرود“ جیک ڈیوہیسی نے مجھے بتایا کہ بن دعا مانگے
میں کبھی نہیں مارتا۔ اسی نے کہا ”جب تک میں خدا کا شکر ادا نہ کروں میں کبھی کھانا نہیں کھاتا۔
میں یونانی کی تربیت حاصل کر رہا تھا، یہ روز نما مانگا کرتا تھا۔ جب میں کھانا سے متعلق کہنا
جاتا ہوں تو گھنٹی بجھنے سے پہلے دعا مانگا کرتا ہوں۔ وہ مجھے جرات اور مردانہ اعتماد
مقابلہ کرنے میں مدد دیتی ہے“

”نمرود“ کوئی نیک۔ نہ نیکے بتاؤ۔ میں دعا مانگے بغیر کبھی سو نہیں سکتا۔
”نمرود“ ایڈیٹور کن پیر نے مجھے بتایا ”جسے یقین ہے کہ میری زندگی ہی دعا ہے جاپانی
ہیں ہر روز دعا مانگا کرتا ہوں“

جنرل موڈرینز ایڈیٹور مائیکل ڈیویس شیل کے سابق افسر اعلیٰ اور سابق وزیر داخلہ
”نمرود“ ایڈیٹور ڈاکٹر سٹیو فی اے نے مجھے بتایا کہ میں ہر روز صبح کے وقت دیانت،
ذہانت اور راست اور ہر اہیت کی دعا مانگا کرتا ہوں۔

”نمرود“ جے پیٹر پوائنٹ مارگن اپنے زمانے کا عظیم ترین ماہر دیانت تھا۔ وہ
اکثر اوقات دال سٹریٹ کے ٹرنٹی چرچ میں صفت کی مشام کو جایا کرتا تھا اور دعا مانگا

کہتا تھا۔

جب نمرود انوشہدور بر بطاؤنی دامر کی فوجوں کی کمان اٹھا سنبھالنے کے لئے نکلتا تھا، اس کے پاس صرف ایک کتاب، بائبل تھی۔

نمرود جنرل مارک کلاؤک نے مجھے بتایا کہ دوران جنگ میں ہر روز بائبل پڑھا کرتا تھا اور دعا مانگا کرتا تھا۔ چپنگ کائی ٹیک جنرل شگری، مارڈینیٹن، جنرل واشنگٹن، راکلین رابرٹ لی اور مسیوں دوسرے فوجی لیڈروں کا بھی دستور یہ تھا۔

یہ نمرود وہیم جینز کے بیان کی حقیقت کو پا گئے تھے، ہمارا اہم قدا کا ایک دوسرے تعلق ہے جس میں اپنے تئیں اس کے ساتھ عریان کرتے ہیں تو ہماری بڑی سے بڑی آرزو پوری ہو جاتی ہے۔

مزاروں نمرودوں نے ان کی حقیقت کو دریافت کر رہے ہیں۔ اب سات کھڑے ہیں لاکھ مارکی کلیسیا کے ارکان ہیں اور یہ ایک تاریخی ریکارڈ ہے۔ جیسا کہ میں پہلے کہہ چکا ہوں سوچو زمانے کے سائنس دان بھی اسی نتیجے پر پہنچ رہے ہیں۔ مثلاً ڈاکٹر کارل ایگن مصنف ان

جانا انسان اور عظیم ترین غماز تو بنی پرائز کے پانچ فریڈرڈ اگسٹ کے ایک سٹون میں لکھتے ہیں، "کوئی شخص دعا سے زیادہ طاقتور قوت پیدا نہیں کر سکتا۔ یہ ایک قوت ہے جو اتنی ہی حقیقی ہے جتنی کہ مشقِ عقل۔ ایک طبیب کی حیثیت سے میرا یہ قہر ہے کہ جب انسان ہر قسم کی دعا سے باز ہو جاتا ہے تو وہ اس کی ساری پتہ مردنی اور بیماری حدود کو دیتی ہے۔ دعا بھی ریڈیم کی طرح ایک روشن اور خود ساختہ طاقت ہے۔۔۔۔۔۔

اور انسان ساری قوتوں کے اس بے پایاں سرچشمے سے سیراب ہو کر اپنی محدود طاقت میں بے انتہا، مضائقہ کر سکتا ہے۔ جب ہم دعا مانگتے ہیں تو ہم ایک لانڈال تحریکی قوت سے اپنا رشتہ جوڑ لیتے ہیں جو کائنات کو پروتی ہے۔ ہم دعا مانگتے ہیں کہ اس قوت کا ایک جزو ہماری ضرورتوں کے لئے مخصوص کر دیا جائے یہاں تک کہ ہمیں اس کے وقت ہماری انسانی مایاں پوری ہو جاتی ہیں اور ہم مضبوط اور توانا ہو کر اٹھتے ہیں۔ جب ہم نے قرآن مجید خدا کی طرف رجوع کرتے

نے (اس کی بنیاد پر)

تو ہم اپنے جسم اور معدے دونوں کی بہتری کے لئے قدم اٹھاتے ہی کیسے بھی نہیں ہو سکتا کہ کوئی شخص بھرے غلوں اور اشتیاق سے دعا مانگے اور اس کا نتیجہ اچھا نہ نکلے۔

ایرلینڈ میں پیدا ہوا تھا کہ کائنات کو پر دے والی لازوال تحریر کی نیت سے اپنا رشتہ جوڑنے سے کیا مطلب ہے اس کی اسی ملاحمت نے اسے اپنی زندگی کے نازک ترین دور میں کامیاب ہونے میں مدد دی۔ وہ اپنی کہانی اپنی کتاب اکسٹنٹ میں سناتا ہے۔ ۱۹۳۲ء میں اس نے پانچ جیسے ایک جھونپڑی میں بسر کئے جو انٹارکٹک میں اس بیرمہ کی برقی چوٹی کے نیچے دی ہوئی تھی۔ عرض بلد جنوبی پر وہ واحد زندہ مخلوق تھا اس کی جھونپڑی کے اوپر ہرف و باد کے طوفان گرجتے تھے۔ درجہ حرارت نقطہ انجماد سے وہ نیچے گر چکا تھا اور ایک نہ ختم ہونے والی رات کی تاریکی اس کے چاروں طرف محیط تھی۔ جب اسے معلوم ہوا کہ مسعود نے شکستہ موتی کاربن مانو اکسائیڈ کا زہر اس کے اندر سرایت ہونا جا رہا ہے تو دھڑکتے اس کے ہاتھ پاؤں پھول گئے، وہ کیا کر سکتا تھا؟ ملز کا نزدیک ترین مقام ۱۲۳ میل کے فاصلے پر مانع تھا اور وہاں بمک پہنچنے کے لئے کئی مہینے کا عرصہ درکار تھا۔ اس نے اپنے مسودہ کو کاٹنے اور ہوا کا آمد و رفت کے لئے راستہ بنانے کی کوشش کی لیکن بودا رگیس اب بھی نکل رہی تھی! وہ اکثر سردی کی تاب نہ لا کر نیچے گر پڑتا اور غرض پر بالکل بے ہوش ہوا بہت وہ کچھ نہیں سکتا تھا، پی نہیں سکتا تھا، نہیں سکتا تھا، وہ اس قدر کمزور ہو گیا تھا کہ اپنی سونے کی جگہ جھوٹ کر کہیں جا نہیں سکتا تھا اکثر اوقات وہ ڈر جاتا تھا کہ میں سوچ تک زندہ نہیں ہوں گا۔ وہ اسی طرح جھونپڑی کے اندر رہا جسے گا اور اس کا جسم لہر لہر کے ابدی تو دوس میں تپ جاتا تھا۔ اس کی زندگی کس چیز نے بچائی؟ ایک معرانی مایوسی کی اتھاہ گہرائیوں میں اس نے آپکی ڈائری اٹھائی اور اپنا فلسفہ حیات لکھنے کی کوشش کرنے لگا۔ اس نے لکھا: "کائنات میں انسان اکیلا نہیں ہے۔ اس نے اپنے اوپر ستاروں اور سیاروں کی منظم اصولوں سے متعلق سوچا اور کس طرح وقت آنے پر ابدی سورج کی کرنیں خطبہ جنوبی کی ویرانیوں کو بھی

رشتہ اور زندگی کی اور پھر اس نے اپنی ڈائری میں لکھا: ”میں اکیلا نہیں ہوں۔“
 اسی احساس نے کہیں اکیلا نہیں ہوں۔ زین کے سرے پر برف کے ایک سوراخ میں
 رچر ڈیوارڈ کی زندگی بچائی۔ وہ لکھتے ہیں: ”میں جانتا ہوں کہ اسی نے مجھے کامیاب بنایا۔“
 آگے چل کر وہ کہتا ہے: ”بہت کم لوگ ایسے ہیں، جو زندگی کے اسی مقام پر پہنچ جاتے ہیں جہاں
 باطنی ذرائع ختم ہونے کے قریب ہوں۔ انسان کے باطن میں قوت کے اتنے گہرے خیمے ہیں
 جنہاں ہمیں اللہ نہیں کیا گیا۔ رچر ڈیوارڈ نے خدا کی طرف رجوع کر کے قوت کے ان چشموں
 کو کھولا اور ان سے فائدہ اٹھانا سیکھا۔“

تکین اے۔ آرٹڈ نے مہجی بلو الائی نوں کے کھیتوں میں کیا جو امیر البحر بیا رڈ نے
 تھلج جنوبی کی رہنمائی پر کیا تھا۔ مسٹر آرٹڈ بیجے کا دلال ہے۔ اوہ بکن بلڈنگ پٹی
 کو خود الائی تو اس میں رہتا ہے۔ اس نے پریشانیوں پر غالب آنے کے تفسیر مندرجہ ذیل کہانی
 سنائی۔ آٹھ سالہ بچے میں نے اپنے دروازے کے تانے کی چابی گھمائی، مجھے یقین تھا
 کہ یہ یہ چابی اپنی زندگی میں آخری مرتبہ گھما رہا ہوں۔ پھر میں اپنی کاریں بیٹھ گیا۔ اور دریا
 کی طرف چل پڑا۔ میں ایک ناکام انسان تھا۔ ایک عہد پہلے میری چھوٹی سی دنیا ٹھکڑے
 ٹھکڑے ہو کر میرے سر پر پڑی تھی۔ میرا بچلی کا کاروبار تباہ ہو گیا تھا۔ ٹھکر پر میری مال بٹر
 مرگ پر دما ز تھی۔ میری بیوی دوسری مرتبہ حاملہ ہو چکی تھی۔ ڈاکٹروں کے بل بڑھتے جا رہے
 تھے، ہم مردہ چیز گروڈ رکھ چکے تھے۔ جن سے کہم کا رو بار شرع کر سکتے تھے۔ ہمارا کاروبار
 ہمارا خیر خیر ہر چیز گروڈ ہو چکی تھی۔ میں اپنے بیجے کے پائیسوں پر بھی قرضے چکا تھا۔ اب ہر چیز
 ختم ہو چکی تھی اور مجھے مزید قوت برداشت باقی نہیں رہی تھی۔ جتنا پنڈرا اپنے سارے مصائب کا
 تادم کرتے تھے۔ میں اپنی ماریں بیٹھ گیا اور دریا کی طرف چل پڑا۔

”میں کچھ میل دور دیہاتی علاقے میں نکل گیا۔ اور پھر مرگ چھوڑ کر مارے اُتر پڑا۔ اور زین
 پر بیٹھ کر بچوں کی طرح رونے لگا۔ جب دل کا گرد و غبار صاف ہو گیا۔ میں فی الواقع کچھ سوچنے لگا۔“

— پریشانیوں کے گرداب میں پھنکے کھانے کے بجائے میں نے کوئی تعمیری چیز سوچنے کی
کوشش کی، میرے حالات کس قدر خراب ہیں؟ کیا اس سے بڑا نہیں ہو سکتے؟ کیا یہ واقعی مایوس
کُن ہیں؟ یہی انہیں بہتر بنانے کے لئے کیا کر سکتا ہوں؟

میں نے اسی وقت اور اسی جگہ اپنا سارا معاملہ خداوند خدا کے حضور میں پیش کرنے اور اس
سے دعا مانگنے کا تہیہ کر لیا۔ میں نے خشوع و خضوع سے دعا مانگی، میں نے اس طرح دعا مانگی گویا کہ
میری ساری زندگی کا انحصار اسی پر ہے۔ اور درحقیقت تھا بھی ایسا ہی۔ پھر ایک عجیب و غریب
جزو واقع ہوئی، جو وہی میں نے اپنا معاملہ اپنے سے ایک بلند و بزرگ قوت کے سپرد کیا۔ مجھے
فوراً ذہنی سکون ہو گیا۔ جس سے کئی مہینوں سے عرصہ دم تھا۔ یہی کوئی آدھ گھنٹے طسک
وہاں بیٹھا ہوتا اور دعا مانگتا رہا۔ پھر یہی اٹھ کر گھسہ چلا آیا۔ اور ایک معصوم بچے
کی طرح سو گیا۔

اگلے روز صبح جب میں بیدار ہوا تو میری پرانی خود اعتمادی اور جرأت لوٹ آئی تھی۔ اب
مجھے کسی قسم کے خطرے کی کوئی پروا نہ تھی کیونکہ میں نے اپنا سارا معاملہ خدا کے سپرد کر دیا تھا۔ اس
سعد میں گردن بند کر کے ایک مٹھی ڈیپارٹمنٹ سٹوری کیا۔ اور بجلی کے شعبے میں سبزیوں
کی آسانی کے لئے درخواست دی۔ میں نے وقار اور خود اعتمادی لئے ساتھ بات چیت کی۔ یہی
جانت تھا کہ مجھے ملازمت مل کر رہے گی۔ اور چنانچہ مل ہی گئی۔ میں اس آسانی پر دل لگا کر کام کرتا
رہا۔ جب جنگ کی وجہ سے بجلی کا سارا کاروبار بند ہو گیا۔ میں زندگی کے بچنے چنے
لگا۔ اور اب بھی میں اپنے مرشد حقیقی کی نگرانی میں کام کرتا تھا۔ اس بات کو پانچ سال
گزر چکے ہیں۔ اب میرے سارے بل ادا ہو چکے ہیں۔ میں تین خوبصورت بچوں کا
باپ ہوں۔ میرا بیٹا گھر ہے۔ میرے پاس اپنی کاہلیے اور لائف انشورنس کمپنی میں
پیمیس ہزار ڈالر کا حصہ دار ہوں۔

”جب میں پیچھے مڑ کر دیکھتا ہوں، مجھے خوشی ہوتی ہے کہ میری ہر چیز ضائع نہ ہو چکی تھی۔“

جیسا احمق درنا امید اور دل برداشتہ ہو گیا تھا کہ میں نے گھبرا کر دریا کا رخ اغتیار کیا۔
 — اس لیے نے مجھے خدا پر بھروسہ کرنا سکھایا ہے۔ اور صاب میں جانتا ہوں کہ
 جو اطمینان سکون اور خود اعتمادی میرے کبھی خواب میں بھی نہیں آسکتی تھی اس کو حاصل
 کرنا انسان کے بس یہ ہے۔“

مذہبی عقائد سے اس قدر اطمینان لیکن اور امن کیسے حاصل کر سکتے ہیں۔ اس کا
 جواب وہیم جیمز کے زبان سے سنئے۔ وہ کہتے ہیں: ”بگ کھائی ہوئی سیل کی طرف فی جویں
 سمندر کے عمیق اور احمقہ حصول کو غیر پریشان اور بے مثل جھوڑ جاتی ہیں۔ اور
 جس شخص کی گرفت وسیع تر اور ابدی حقیقتوں پر جوتی ہے اسے اپنی تقدیر
 کا لمحاتی نیرنگیاں نسبتاً غیر اہم اور بے وقعت چیزیں نظر آتی ہیں۔
 چنانچہ مذہب پرست انسان او ال عزم، ثبات قدم اور مستقل
 مزاج ہوتا ہے۔ اس کے اندر شائقی، اسلامی طبع اور سکون قلب کوٹ
 کوٹ کر بھرا ہوا ہوتا ہے۔ اور جو فرض بھی اس کے ذمے عائد کیا جائے اسے
 دہایت سکون اور خاموشی کے ساتھ کرنے کے لئے تیار رہتا ہے۔“

اگر بے قرار اور پریشان ہیں پھر کیوں نہ خدا کو آزمائیں؟ کیوں مافول کا
 کے الفاظ میں: ”خدا پر ایمان لے آئیں۔ کیونکہ میں ایسے ایمان کی ضرورت ہے؟ کیوں نہ اپنے
 آپ کو مازال تحریکی قوت سے منک کر لیں جو کائنات کے رشتے بدلتے ہیں؟“

اگر آپ فطرت یا تعلیم و تربیت کے اعتبار سے مذہبی آدمی نہ بھی ہوں۔ اگر آپ سراسر
 کلیت اور لامحدویت پسند ہوں۔ پھر بھی دعا آپ کے یقین سے زیادہ آپ کی ہود کہ
 سکتی ہے۔ کیونکہ یہ ایک عملی چیز ہے۔ عملی کہنے سے میرا مطلب ہے، میرا مطلب یہ ہے
 کہ ہماری تین بنیادی ضروری پوری کرتی ہے جو تمام انسانوں کے ساتھ مخصوص ہیں خواہ
 وہ خدا پر ایمان رکھتے ہوں یا نہ رکھتے ہوں۔
 صلہ مشہور عالم جرنی نلسن

۱۔ ہم پریشان اور مضطرب کیوں ہیں؟ دعا اکی کا جواب الفاظ میں بیان کرنے میں مدد دیتی رہے۔ ہم چوتھے باب میں دیکھ چکے ہیں کہ غیر واضح اور مبہم شے سے بینا نامکمل ہوتا ہے۔ ایک اعتبار سے دعا اپنے مسئلے کو کاغذ پر لکھنے کے مترادف ہے۔ جب ہم اپنے کسی معاملے میں مدد مانگتے ہیں، درخواست، خدا سے ہی کیوں نہ ہو، اسے مناسب الفاظ میں بیان کرنا ضروری اور ناگزیر ہے۔

۲۔ دعا ہمیں اکیلے نہ ہونے اور اپنے بوجھ کوٹانے کا احساس دلاتی ہے۔ ہم میں بہت کم لوگ اتنے طاقتور ہیں کہ بھاری سے بھاری بوجھ اور شدید سے شدید تکلیفوں کو اکیلے برداشت کر سکیں۔ بعض اوقات بھاری پریشانیوں کی قدر و افلی اور شخصی نوعیت کی موتی، جی کو کم ان کا اپنے عزیز ترین دوستوں اور رشتے داروں کے پاس بھی ذکر نہیں کر سکتے۔ بھڑکانا، ہارسے پاس آخری وسیلہ رہ جاتا ہے۔ ہر ایک باہر امر فی النفس آپ کو ریتا نیگا کہ جب ہمارے اعصاب میں کھینچا آتی ہو رہی ہو، ہمارا کھٹکھٹ رہا ہو یا ہم کسی روحانی تکلیف میں مبتلا ہوں تو ہم کسی سے اپنی تکلیف و مشکلات کا ذکر کر کے اپنا بوجھ ہلکا کر سکتے ہیں اگر ہم دوسروں کو اپنا بھیت نہیں بنا سکتے۔ ہم خدا کو بتا سکتے ہیں۔

۳۔ دعا کرنے کے عملی اصول کو فعل میں داتی ہے۔ یہ عمل کی طرف پہلا قدم ہوتا ہے۔ میں نہیں مانتا کہ کوئی شخص اپنے کھلا کلام کی تکمیل کے لئے دعا مانگے اور اس کی آرزو پوری نہ ہو۔ دوسرے الفاظ میں وہ اسے پورا کرنے کے لئے عملی قدم اٹھائے۔ ایک شہرہ مشہور مسند میں لکھا ہے۔ انسان جو عا سے زیادہ طاقتور چیز کوئی پیدا نہیں کر سکتا۔ پھر کہیں اس سے غافل نہ اٹھایا جائے، اسے خدا کہہ لیجئے، روح، پسا کا یا اللہ۔ جب تک قدرت کے معجزوں میں گرفت رہیں، ناموں کے متعلق جھگڑنے کی کیا ضرورت ہے؟

کہیں نہیں آپ اسی وقت کتاب بند کر کے اپنا خوابکا دیں جا کر خدا کے سامنے دو رانو جو کہ اپنے ذہن کا بوجھ عکاس کر لیتے، اگر آپ مذہب سے بیگانہ ہو چکے ہیں تو اس قیاس و مطلق

سے دیکھتے کہ وہ آپ کے ایمان کو تازہ کر دے۔ کہتے: ”اے خدایا! اب میں اپنی جنگیں تنہا نہیں لڑ سکتا۔ مجھے تیری محبت اور مدد درگھ ہے تو یہی ساری خطائی معاف کر میرا دل بدی سے پاک کر مجھے امن مسکون، آسشتی، صحت اور مسرت کا راستہ دکھاؤ میرے دل کو میرے دشمنوں کی محبت سے بھی بھر دے۔“

اگر آپ خود دعا مانگتا نہیں جانتے تو اس خوبصورت اور دلدل انگیز دعا کو دہرائیے جو سات سو سال ہوئے سینٹ ڈانس نے لکھی تھی۔

”خدایا! تو مجھے امن کا ایک ہتھیار دینا، جہاں کہیں نفرت ہے تو مجھے وہاں پیار اور محبت ہونے دے، جہاں رقابت ہے وہاں غلبہ، جہاں شک ہے وہاں ایمان، جہاں مایوسی ہے وہاں امید، جہاں تاریکی ہے وہاں روشنی، جہاں اندھیرا ہے وہاں نور، جہاں غم ہے وہاں خوشی۔“

”اے مالکِ ملکوت! مجھے اتنی ہمت عطا کر کہ مجھے اتنی ہمدردی کی ضرورت نہ پڑے جتنی میں دھروں کے ساتھ کرکوں لوگوں کو مجھے اتنا نہ سمجھنا پڑے جتنا مجھے لوگوں کو۔ اتنی محبت نہ کرادوں جتنی کہ کرکوں، کیونکہ میں نے یہی ہیں مقابے، عفو کرنے سے ہم عفو کئے تھے جتنے ہیں اور مرنے سے ہی ہم ابدی زندگی کے لئے جنم لیتے ہیں۔“



حصہ ششم

تنقید اور نکتہ چینی

بائنٹ :- نامناسب نکتہ چینی

۱۹۲۹ء میں ایک تقریب نے قومی تعلیمی حلقوں میں سنسنی پیدا کر دی تھی اس تقریب کا مشاہدہ کرنے کے لئے امریکی کے ہر حصہ سے علماء اور دفعتاً لاکھوں گئے۔ بات دہاں یہ تھی کہ چند سال ادھر ایک نوجوان نے جس کا نام رابرٹ ہوجنز تھا، روزی مکا نے کے لئے بیگ گیری، لکڑ تراشی، میویشن اور پارچہ زدشی کے مختلف پیسے اختیار کئے ان مختلف حصہ دیں کرنے کے صرف آٹھ سال بعد اب اس کے امریکی چوتھی بڑی یونیورسٹی شاگو کا صدر بننے کی رسم افتتاح ادا ہو رہی تھی۔ اس کی عمر تیس سال۔ ناقابل یقین! پورے اور تجربہ کار ماہرین تعلیم حیرت سے اپنے سر ہلا رہے تھے اور بہت ناراض تھے۔ اور اس "حیرت انگیز لڑکے" پر اعتراضات کی چٹائی برس رہی تھیں۔ اس میں نقص ہے اس پر "نقص ہے۔ بہت کم عمر ہے۔ غام" اور ناقرب کا رہے اس کے تعلیمی نظریات ٹیڑھے میڑھے اور گج جی ہیں۔ انتخابات بھی ان حلقوں میں نمایاں حصہ لے رہے تھے۔ جب رسم افتتاح ادا ہو گئی ایک دوست نے رابرٹ مینکوڈ ہوجنز سے کہا "نہجہ

آج صبح اس اخبار کے ادارے کو پڑھ کر صدمہ پہنچا، اس میں تمہارے بیٹے کو خواہ مخواہ گالیوں دی گئی ہیں۔

ہاں مہربانز اکبر نے جواب دیا۔ میں نے بھی پڑھا ہے یہ، بہت تلخ اور سخت ہے لیکن یاد رکھو، کوئی بھی مردہ کتے کو ٹھکر نہیں لگاتا۔

جی ہاں، کتنا جتنا زیادہ اہم ہوگا، لوگوں کو اس کے ٹھوکر لگانے میں اتنا ہی لطف آئیگا۔ پرنس آف ویلز کو جو بعد میں ایڈورڈ ہشتم کے نام سے تخت نشین ہوا اور اب ڈیوک آف مڈلسرے زبردستی اس کا احساں کرایا گیا۔ وہ اس زمانے میں ڈارٹ ماؤتھ کالج ڈیون شائر میں تسلیم پا رہا تھا۔ اس کالج کا تعلق برطانیہ کے بحری بحلیے سے ہے اور نیول کیڈیٹس آپوزس سے حاصل ہے۔ شہزادے کی عمر تقریباً چودہ سال کی تھی۔ ایک روز ایک بحری افسر نے اسے رہتے ہوئے دیکھا اور پوچھا کہ کیا بات ہے؟ شہزادے نے پہلے تو بتانے سے انکار کر دیا لیکن آخر کار سچیت تسلیم کر لی۔ بحری نوجوانوں نے انہیں ٹھوکریں لگانی تھیں کالج کے پرنسپل نے ان کو بلایا اور انہیں کہا کہ شہزادے نے شکایت نہیں کی ہے لیکن وہ یہ جاننا چاہتا ہے کہ آخر اسے ہی اس بدسلوکی کے لئے کیوں منتخب کیا گیا۔

حالی ذریعہ تک کھدکار نے، زیر لب سکرانے، قہقہے لگانے اور اڑیاں رگڑنے کے بعد آخر کار نوجوانوں نے تسلیم کر لیا کہ جب ہم خود شاہ کی بحری فوج میں کمانڈر اور کپتان بن جائیں گے تو ہم یہ کہہ سکیں گے کہ ہم نے بادشاہ کو ٹھوکریں لگانی تھیں۔ اس لئے بے آپ کو ٹھوکریں لگانی چاہی، آپ پر غصہ مینی اور حرف گیری کا جاوے۔ یاد رکھیے، اکثر یہ صرف اس لئے کیا جاتا ہے کہ اس سے ٹھوکر کھانے والے کو اہمیت کا حس ہوتا ہے اکثر اس کا یہ مطلب ہوتا ہے کہ آپ کبھی چیز کی تکمیل کر رہے ہیں اور توجہ کے مستحق ہیں، لیکن لوگوں کو دوسروں کی خدمت کرنے سے وحشیانہ تسکین حاصل ہوتی ہے، جہاں کی نسبت زیادہ پڑھے لکھے بازنہنگی میں زیادہ کامیاب ہوں مثلاً جب میں یہ باب لکھ رہا تھا مجھے

ایک عورت کا خط لاجس میں ملتی فوج کے بانی جنرل بوٹھ کو لکھ دیا وہی تھی، بات یہ تھی کہ میں نے ایک شہری تفریح میں جنرل بوٹھ کی کافی تعریف کی تھی چنانچہ اس عورت نے مجھے لکھا کہ غریبوں کی امداد کے لئے جو وہ پیش کر رہا تھا جنرل بوٹھ نے اس سے اسی لاکھ ڈالر کا انجن کیا تھا۔ بے شک الزام لے رہا تھا لیکن اس عورت کو سچائی کی تلاش نہیں تھی، وہ اپنے سے ایک بلند تر مہیگی کی ملامت کر کے ادنیٰ درجے کی تسکین ڈھونڈ رہی تھی۔ اور اپنے مفصل جذبات کو مطمئن کرنے کا کوشش کر رہی تھی، میں نے اس کے تلخی بھرے خط کو ردی کی ٹوکری میں پھینک دیا۔ اور خود قفا درمطلق کا شکر ادا کیا کہ میری اس کے ساتھ شادی نہیں ہوئی تھی۔ اس کے خط سے جنرل بوٹھ کے متعلق تو کوئی نئی بات معلوم نہ ہو سکی۔ لیکن اس عورت کے اپنے کردار پر کافی روشنی پڑ گئی شہر پہاڑی سال پہلے کو چکا ہے ذیل اور کہیں لوگ بڑے آدمیوں کی غلطیوں اور حماقتوں پر بہت خوشی محسوس کرتے ہیں۔

ریاست ہل کے پریذیڈنٹ کے متعلق یہ مشکل سے یقین کیا جاسکتا ہے کہ وہ فوجی کیمینڈر انسان ہوگا۔ لیکن ریاست ہل کا ایک سابق پریذیڈنٹ ٹیموٹی ڈوائٹ ایک شخص کی جو بظاہر امریکی جمہوریہ کی صدارت کے لئے انتخاب لڑ رہا تھا، مذمت کرنے میں بڑی خوش محسوس کرتا تھا۔ ہل کے پریذیڈنٹ نے تنبیہ کی کہ اگر یہ شخص امریکہ کا صدر منتخب ہو گیا تو غالباً ہماری بیویاں اور بیٹیاں قانونی بدکاری کا شکار ہو جائیں گی۔ ان کی شریفانہ طریقہ سے بے عزتی کی جائے گی۔ اظہار ان کے ساتھ معقول برتاؤ کیا جائے گا لیکن درحقیقت انہیں خراب کیا جائے گا۔ نیکی اور نرا اکت ختم ہو جائے گی۔ بدی اور شقاوت کا دور دورہ ہوگا۔ مدد اور انسان کے ساتھ نفرت کی جائے گی۔

بالکل ایسا معلوم ہوتا ہے کہ ہٹلر کی مذمت کی جا رہی ہے لیکن نہیں، حقیقت یہ نہیں یہ مذمت ٹامس جیفرسن کی تھی۔ کون ٹامس جیفرسن؟ غیر قافی اور مذہب جاوید ٹامس جیفرسن؟
”اعلان آزادی“ کا مصنف جمہوریت کا سرپرست ٹامس جیفرسن۔

آپ کے خیال میں کس امریکی پرنسپل "ریٹارڈ"، "ڈاکٹر"، "مگر ہٹ"، "قاتلوں کا سردار" ہونے کے الزام لگانے گئے ہوں گے؟ ایک اخباری کارٹون شائع ہوا جس میں اسے جلاد کی میٹھی پر دکھایا گیا تھا۔ پاس ہی ایک بڑا سا چاقو پڑا تھا جو اس کا سر کاٹنے کے لیے تیار تھا۔ جب وہ بازاریں سے گزرنا تھا تو لوگوں کا ہجوم اس کی منہی اڑاتا، اس پر آوازے کرتا۔ وہ کون تھا؟ خارجہ وراثت کے

لیکن اس کو گذرے تو کافی عرصہ ہو چکا ہے۔ لیکن اسی وقت سے "اس افی ڈیٹ" کچھ بہتر ہو گئی ہو۔ چلتے ہم معلوم کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ ہم ایرا بھر بیری کی مثال لیتے ہیں۔ کون بیری؟ وہی سیان جس نے ۶ اپریل ۱۹۰۹ء کو برف کا ٹی بی ڈیٹ شمالی پتہ بیچ کر دنیا کو چمکا دیا۔ اور سارے روٹے زین پر پستی پیدا کر دی۔ ایک ایسی نزل جس تک پہنچنے کے لئے مسافروں سے اولوالعزم اور علوہیت لوگ کوشش کرتے رہے اور لیجن تو اس کوشش میں اپنی جانی تک قربان کر چکے تھے۔ خود پیری کو بھی بھوک اور سردی نے آخری پائیہ دہ کر دیا تھا اور اس سردی میں اس کے پاؤں کٹاؤنگ لگیاں اس قدر تنہ ہو گئی تھیں کہ انھیں کاٹنے کے سوا کوئی چارہ نہ رہا۔ وہ اس قدر مصائب میں گھر چلا تھا کہ وہ کرتا تھا کہ وہ فرد دریا گل ہو جائے گا۔ لیکن دانشمندی میں اس کے اعلا فوجی استریجی ونا کھارہے تھے۔ کیونکہ بیری کو اس قدر پیٹھی، شہرت اور تحسین دانی حاصل ہو رہی تھی۔ چنانچہ انہوں نے اس پر الزام دیا کہ وہ سامسی فہموں کے لئے روپیہ جمع کرتا ہے اور پھر اسے کوئی شہر میں لے جاتا اور آوارہ گردی کرنے میں ضائع کر دیتا ہے۔ غالباً انہیں اس الزام کی نسبت پر یقین نہیں تھا، کیونکہ یہ محض یقین کرنا چاہتے ہوں۔ اس پر پستی یقین کرنا تو یقیناً ممکن ہے۔ وہ پیری کو نیچا دکھا، اسے ذلیل کرنے اور اس کی راہ میں روٹے مچھانے پر آمادہ ہوئے تھے کہ پر پستی مینٹ میکسٹل کے مبراہ راست آرڈر نے پیر کو سب سمجھا کر تھکائی، ہم جاری رکھنے کے قابل بنایا۔

اور پھر یہ اور لکھا تھا چھ صد برس نے امریکہ کو برطانیہ سے آزادی دی۔

اگر پیری و شنگھٹن کے بحری حکمرانوں کو کر رہا ہوتا تو کیا اس کی اتنی مخالفت کی جاتی؟ نہیں۔ ہرگز نہیں اس وقت وہ بزرگ آناہم آدمی نہ ہوتا کہ وہ مردوں کو اس سے حسد ہوتا۔ سرب جرنل گرانٹ کو پیری سے بھی زیادہ تلخ تجربہ ہوا۔ ۱۸۶۲ء میں جرنل گرانٹ نے پہلی فیصلہ فتح حاصل کی شمالی امریکی والوں کی یہ پہلی شاندار فتح تھی جو انہوں نے جنوب والوں پر حاصل کی تھی اور اس فتح نے جرنل گرانٹ کو راتوں رات قومی ہیرو بنا دیا۔ اس ایک فتح کی دوڑ دھوپ میں بھی عدائے بازگشت سنائی دی اور اس نے دونوں کے حالات پر نہایت گہرے اور دور رس اثرات ڈالے۔ اس فتح کی خوشی میں میں سے لے کر دریائے سپی کے کناروں تک گرجوں میں گھنٹیاں بجنے لگیں اور چاروں طرف روشنی ہی روشنی نظر آنے لگی۔ لیکن اس عظیم فتح کو حاصل کرنے سے چھ ہفتوں کے اندر اندر شمال کے ہیرو جرنل گرانٹ دھوکہ کھاتا کہ وہ لیا گیا، اس کی فوج کی کمان اس سے چھین لی گئی۔ ذلت اور مایوسی کے احساس سے گرانٹ دوتا تھا۔

اپنا فتح کے عین نصف النہار میں جرنل پیرس۔ اس گرانٹ کو گرفتار کیا گیا؟ زیادہ تر اس کی وجہ یہ تھی کہ اس نے اپنے منکر اعلیٰ افسروں کے رشک و حسد کے جذبات کو بھڑکا دیا تھا۔ اگر آپ کو نامعقول اور نامناسب یعنی کے سعلق پریشانی ہو تو اصول یہ ہے: یاد رکھیے کہ نامناسب اور غیر معقول محنت یعنی عموماً ڈھکی چھپی تحریف ہوتی ہے یاد رکھیے کہ کوئی بھی مردہ کتے کو ٹھوکر نہیں لگاتا۔

۱۸۶۳ء میں امریکی شمالی اور جنوبی ریاستوں کے درمیان غلامی کے مسئلے پر جنگ ہوئی تھی جس میں جنوبی ریاستیں ہار گئی تھیں۔ اس کا نتیجہ یہ ہوا کہ غلامی کا رواج منسوخ کر دیا گیا اور امریکی دوبارہ متحد ہو گیا۔

باب ۲ :- نکتہ چینی سے اغماض

میں نے ایک مرتبہ میجر جنرل میڈلے ہٹلر سے انٹرویو کیا۔ کون ہٹلر — وہی برے
کی سی آنکھوں والا اور بوڑھا جہنمی سلطان (مہملہ) لچھے آیا خیال شریف میں ۹۷ ہاں وہی سیاہ
نام بانگا جرنیل — امریکی کی بحری فوجوں کا پہلا حبشی کمانڈر۔

اس نے مجھے بتایا کہ جب میں فوجوں کا میری انتہائی خواہش یہ تھی کہ میں دو گوں میں
ہر دفعہ زین جاؤں، میں ہٹلر پر اچھا تاثر چھوڑنا چاہتا تھا۔ اس زمانے میں ذرا سی
نکتہ چینی اور میں میکہ بھی دل کو بری لگتی تھی۔ لیکن اس نے عزت کرتے ہوئے کہا کہ تیس سال
کی بحری زندگی نے میری کھال کو سخت کر دیا ہے۔ میری بے عزتی کی گئی۔ میری مذمت کی گئی۔
مجھ پر چھپکار ماری گئی۔ سانپ، زرد کتا اور سنگ کہہ کر میری توہین کی گئی۔ ماہرین نے مجھے برا بھلا
کہا، مجھے ایسی ایسی باتوں کا بخور نہ لہا لیا جس کے لئے انگریزی زبان میں مناسب الفاظ نہیں ملتے،
لیکن ان چیزوں نے کیا مجھے پریشان کیا؟ ہاں! اب جب میں سناتا ہوں کہ کوئی مجھے برا بھلا کہہ
رہا ہے تو میں گردن گھما کر بھی اس کی طرف نہیں دیکھتا کہ وہ کون ہے؟

ممکن ہے کہ برے لکھا آنکھوں والے بوڑھے ہٹلر کی تنقید اور سخت چیلنج سے کوئی دلچسپی
ہی نہ ہو۔ لیکن یہ حقیقت ہے کہ ہم میں سے اکثر اصحاب ذرا ذرا سی باتوں اور چھوٹی چھوٹی ٹھیسوں
اور معمولی آوازوں کو نہایت سنجیدگی کے ساتھ لے بیٹھتے ہیں جن میں ہم لپیٹے جاتے ہیں۔
کئی سال گذرے، مجھے دو در وقت مجھے اچھی طرح یاد ہے۔ میری تعلیم بالغان کی جماعتوں کا
منظاہرہ ہو رہا تھا۔ اس مظاہرے کے دیکھنے والوں میں نیویارک سن کا نام نہ سنا بھی شائع تھا
اگلے روز اس نے میرا احادیث سے کام کا خاکہ اڑایا۔ کیا اس پر مجھے غصہ آیا، بے شک میں نے
اسے اپنی ذاتی توہین سمجھا میں نے نیویارک سن کی مجلس انتظامیہ کے صدر گل ہو جو کو
ٹیلیفون کیا اور اس سے علی طور پر مطالبہ کیا کہ وہ تسخیر اڑانے کے بجائے ایک مضمون چھپیں۔

جی میں حقائق دو افتتاح دیا مقدار سے بیان کئے گئے ہوں۔ میں جویم کی مناسب
منزاد میں پرتلا ہوا تھا۔

اور اب مجھے اپنے فعل پر ندامت ہوئی ہے، مجھے احساس ہو گیا ہے کہ اخبار
خریدنے والوں میں سے نصف لوگوں نے ان معنوں کو دیکھا تک نہیں، پڑھنے والوں میں
نصف لوگوں نے اسے تفریح طبع کا ایک معصوم ذریعہ سمجھا ہوگا۔ اور جن لوگوں نے اسے
نہایت ذوق شوق سے پڑھا ہوگا۔ ان میں نصف بھی اسے چند دنوں کے اندر اندر
بھول گئے ہوں گے۔

اب مجھے احساس ہوتا ہے کہ لوگ میرے باب آپ کے متعلق نہیں سوچتے اور نہ انہیں
یہ پروا ہوتی ہے کہ دوسروں کے متعلق کیا کیا گیا ہے۔ وہ ہر وقت اپنے ہی متعلق سوچتے
رہتے ہیں۔ ناشتے سے پہلے، ناشتے کے بعد اور آدھی رات گزر جانے کے عین دہشت
بعد بھی وہ آپ کی یا میری موت کی خبر کی نسبت اپنے معمولی دوسرے متعلق زیادہ
تشویش کا اظہار کرتے ہیں۔

اگر ہمارے ہرچھ عزیز ترین دوستوں میں سے ایک ہمارے متعلق جھوٹی باتیں کہتا ہے
ہمیں ترستا ہے۔ ہمارا مذاق اڑاتا ہے۔ ہمارے ساتھ غریب کرنے کی کوشش کرتا
ہے۔ ہماری پیٹھ میں خنجر گھونپتا ہے۔ ہمارے ساتھ بے وفائی کرتا ہے۔ ہمیں ہرگز پریشان
نہیں ہونا چاہیے کیونکہ دیونے پر بھی ہو بہو یہی کچھ بیت چکا ہے اس کے بارہ گہرے اولہ
تلمبی دوستوں میں ایک کلم کھلا اس وقت اس سے خوف ہو گیا جب اس پر سبیتوں کے پہاڑ
ٹوٹ پڑے، اس نے تین دفعہ اعلان کیا کہ میں تو مسیح کو بانٹا بھی نہیں۔ اور جب اس نے یہ الفاظ
کہے تو اس نے خدا کو حاضر ناظر جان کر کہہ کھائی، اس کے ایک دوسرے عزیز ساتھی نے
بالکل معمولی سی رقم۔ تقریباً انیس ڈالر، جدید پیلے کے حساب سے۔ لے کر اس سے غلامی
کی! مجھ میں سے ایک، دوسرا چھ، سیس کے ساتھ یہ سلوک روا رکھا گیا پھر میں اور آپ

اس سے بہتر ساک کی کیوں توقع رکھیں ؟

چند سال پہلے میں نے اندازہ کر لیا تھا کہ اگرچہ میں لوگوں کو غیر مناسب نکتہ چینی سے روک نہیں سکتا۔ لیکن میں اس سے ایک بہتر کام کر سکتا ہوں۔ میں یہ معلوم کرنے کی کوشش کروں گا کہ یہ غیر مناسب نکتہ چینی مجھے مضطرب کیوں کرتی ہے ؟

میں اس کی وضاحت کرتا ہوں۔ میں یہ نہیں کہتا کہ ہر قسم کی نکتہ چینی کو نظر انداز کر دیا جائے نہیں، میرا ہرگز یہ مطلب نہیں۔ میں صرف اتنا کہنا چاہتا ہوں کہ "غیر معقول اور نامناسب نکتہ چینی پر توجہ نہ دی جائے۔" میں نے ایک دفعہ ایلینور روز ویٹ سے پوچھا۔

"آپ نامعقول نکتہ چینی کے معاملہ میں کیا کرتی ہیں ؟" اور خدا شاہد ہے کہ ان پر نکتہ چینیوں کی انتہا ہو گئی ہے۔ "ہائٹ ہاؤس میں رہ کر نہ کسی کو ایسے بچے اور بزرگوں کو دوسٹ ملے اور نہ ایسے سخت دشمن۔" میرے دل ان کے وعدہ میں آئے تھے۔

میرے سوال کا جواب دیتے ہوئے انہوں نے کہا کہ جب میں چھوٹی سی تھی۔ میں بیک ٹریڈنگ تھی۔ میں ہمیشہ ڈرا کرتی تھی کہ لوگ میرے متعلق کیا رائے قائم کرتے ہوں گے ہیں نکتہ چینی سے اس قدر خوفزدہ تھی کہ ایک دن گھبرا کر میں نے اپنی خالینہ قمیض ڈرو روز ویٹ کی پہن سے کہا کہ خال جان، میں اس طرح ایک کام کرنا چاہتی ہوں۔ لیکن مجھے نکتہ چینی سے ڈراتا ہے۔"

تھیوڈور روز ویٹ کی ہمشیرہ نے ان کی آنکھوں میں آنکھیں ڈال کر دیکھا اور کہا جب تک تمہیں اپنے دل میں یقین ہو کہ تم سچی ہو، کبھی پرواہ نہ کرو کہ لوگ کیا کہتے ہیں۔ ایلینور روز ویٹ نے مجھے بتایا کہ کئی سال بعد جب میں "ہائٹ ہاؤس" کی رکن منتخب ہو گئی۔ تو یہ چھوٹی سی نصیحت میرے لئے کوہِ ہالیہ ثابت ہوئی۔ انھوں نے اپنی بات کو جاری رکھتے ہوئے کہا کہ "میں صرف اسی صورت میں نکتہ چینی سے گریز کر سکتے ہیں۔ اگر ہم چینی کی گراہی کر طاق میں پڑے رہیں۔ جو کچھ آپ دل میں محسوس کرتے ہیں کہ یہ تمہیک ہے، اسی کی بجائے،

— کیر نکھت چینی تو بہر صورت آپ پر ہوگی۔ اگر آپ کچھ کرتے ہیں۔ پھر بھی آپ کی عدت
 کی جاسے گی۔ اگر آپ کچھ نہیں کرتے پھر بھی آپ محفوظ نہیں رہیں گے۔ یہ ان کا مشورہ تھا۔
 جب آنجنابی مینٹھیو سی برٹش امریکن انسٹریٹل کارپوریشن میں والی سٹریٹ
 نیویارک کے پریذیڈنٹ تھے میں نے ان سے پوچھا: کیا آپ نے نکھت چینی کو کبھی بری طرح
 محسوس کیا ہے؟ انہوں نے جواب دیا: ہاں اپنے شروع کے زمانے میں میں بہت حساس
 تھا اور نکھت چینی کو بے حد محسوس کیا کرتا تھا۔ اس وقت میں یہ جاننے کے لئے بے قرار رہا کرتا
 تھا کہ ادارے کے سارے ملازمین مجھے مکمل خیال کریں۔ جب میں دیکھتا کہ وہ نہیں کرتے تو میں
 جڑ پکڑا ہوا جاتا۔ پہلے میں ایک شخص کو خوش کرنے کی کوشش کرتا جو مجھے مخالف نظر آتا۔ یہ
 تو کسی دوسرے کو ٹھٹھاتا اور وہ مجھے خلاف ہو جاتا۔ میں اس شخص کے ساتھ بناؤ کی کوشش
 کرتا تو وہ اور شخص ناراض ہو جاتے۔ انجام کار مجھے اندازہ ہوا کہ اپنی ذات کو نکھت چینی سے
 بچانے کے لئے میں مجبوراً جذبات و احساسات کو تسکین دینے اور ہموار کرنے کی جستجو
 کو پیش کرتا ہوں۔ میرے دسوں کی تعداد میں اتنا ہی اضافہ ہوا جتنی ہے جتنا کہ اکثر
 میں نے اپنے دل میں ٹھکانا لی۔ اگر میں لوگوں سے بلند بننے کی کوشش کروں گا۔ تو غور پر
 نکھت چینی ہوگی۔ اس لئے بہتر ہے کہ اس کا عادی ہو جاؤں، اس طرح عمل کو اختیار کرنے
 سے مجھے بے پناہ مدد ملی۔ اس وقت سے میں نے اپنا اصول بنالیا کہ میں سچی الامکان بہترین
 کام کرنے کی پوری کوشش کرتا۔ پھر اپنا پرانا بھانپتا بہن لیتا اور نکھت چینی کی بارش سے
 بھینکنے کے بجائے اس سے راتے ہی میں روک دیتا۔

ڈیڑ ہزار اس سے بھی ایک قدم آگے نکلیا۔ وہ عقید کی بارش کو اپنے سر پر پڑنے دیتا
 اور پھر ٹھیک بندوں اس کا مذاق اڑاتا۔ جب وہ نیویارک نل ہارمونک سکفٹی آرکسٹرا
 کے نشریہ فروش پر اتوار کی سرپر کی مجلس میں اپنے تہرے اور ہارٹے فشر کر رہا تھا، ایک
 عورت نے اسے خط لکھا کہ وہ بھڑا، فزبی۔ جیلاز، سانپ اور گیدڑ ہے۔

اپنی اگلے ہفتے کی فشری تقریر میں مسٹر ٹیلر نے یہ خطاریڈیو پر پڑھ کر لاکھوں ہفتوں کو سنایا، اچانک کاتب انسان اور موسیقی میں وہ ہمیں بتاتا ہے کہ چند دنوں کے بعد مجھے اس خاتون کا وہ ملاحظہ ملا۔ اس میں اس نے لکھا تھا کہ میری رائے اب تک نہیں بدلی تم ابھی تک جھوٹے، فریبی، جعلی سا نپ اور گھبراہٹ ہوئے مسٹر ٹیلر آگے بڑھتے ہوئے مجھے شک ہے کہ اس خاتون نے اس گفتگو کو توجہ سے سنا ہو گا ہاں ایسے آدمی کی تعریف کے بغیر نہیں رہ سکتے جو محنت چینی کو اس انداز نظر سے دیکھتا ہو، ہم اس کی مسامتہ، اس کے غیر متوازن توازن اور اس کی حسن حفاظت کی داد دیتے ہیں۔

چارلس شیب نے پرنسٹن یونیورسٹی کے طلباء کے سامنے تقریر کرتے ہوئے اعتراض کیا کہ میں نے اپنی زندگی کا ایک ترین سبق ایک بوڑھے جرمن کاریگر سے سیکھا تھا جو ہماری فولاد کی ریل میں کام کر رہا تھا۔ ایک روز بوڑھے عامل کے دو سرے کاریگروں کے ساتھ نہایت گرامر بحث کرنے لگا۔ انھیں غصہ آگیا اور اسے دریا میں دو کا دے دیا جب وہ کچر اور یانی میں بھیر گا ہوا میرے دفتر پہنچا، میں نے اس سے پوچھا:

”تم نے ان لوگوں سے کیا کہا جنہوں نے تمہیں دریا میں دو کا دیا تھا۔ اس نے جواب دیا:

”میں صرف ہنس دیا تھا۔“

چارلس شیب نے یہ اعلان کیا کہ میں نے اس بوڑھے جرمن کاریگر کے الفاظ - صرف ہنس دیا تھا کو اپنا مالو بنالیا ہے۔

یہ مالو خاص کر اس وقت تو اور بھی اچھا ہے۔ جب آپ غیر معقول محنت چینی کے ہڈ بنے ہوئے ہوں۔ آپ اس شخص کو تو جواب دے سکتے ہیں، جو آپ کو واپس جواب دیتا ہے لیکن آپ اس شخص کو کیا کہہ سکتے ہیں جو صرف ہنس دیتا ہے؟

اگر لیٹن اپنے وحشی نقادوں اور محنت چینوں کو جواب دینے کی حماقت کرے گا تو وہ خانہ جنگی کے دباؤ میں آکر پس چکا ہوتا۔ بالآخر اس نے کہا تھا مجھ پر جس قدر تنقید اور سخت چینی لگی ہے۔

اس کا جواب دینا تو درکنار، اگر اسے پڑھنے کی کبھی کوشش کرتا تو کچھ وہ جو بیچتے تھے دوائے دل۔ دکان اپنی بڑھانے، والا معاملہ ہوتا۔ یہی حق الامکان اپنی بہترین کوشش کرتا ہوا اور آخر دم تک اسی طرح کوشش جاری رکھوں گا۔ اگر یہ راستی پر ہوا تو انجام کار میرے خلاف کیا اور کہا جا رہا ہے۔ سب دفتر بے معنی ہو گا۔ اور اگر یہ غلط اور جھوٹا ثابت ہوا تو خدا کی قسم مجھے خود بھی اس سے ذرہ بھر اختلاف نہیں ہو گا جو کچھ میرے خلاف کیا اور کہا جا رہا ہے۔

اس لئے اگر آپ پر ہمارا سب اور بیوقوفانہ محنت مبینی کی جائے تو اصول پر یاد رکھیے۔ اپنی بہترین کوشش کیجیے، پھر اپنے پرانا چہرہ نہ پہن کر نکتہ مبینی کی بارش سے بھینکنے کے بجائے اسے راستے والی میں روک لیجئے۔

باب ۲۲۔ اپنا احتساب

میری ایک پرائیویٹ فائل ہے جس پر تم۔ ح مٹھ ہے۔ یہ الفاظ میری حقائق کا تخفیف ہیں۔ میں اس فائل میں ان ساری حقائق کا ریکارڈ رکھتا ہوں جو مجھ سے شرم ہوتی ہیں بعض اوقات اپنی یادداشتیں میں اپنے سیکرٹری سے لکھوا لیتا ہوں لیکن بعض اوقات وہ اس قدر ذاتی نوعیت کی ہوتی ہیں کہ مجھے ان کے لکھانے میں شرم عروس کرنے لگتی ہے۔ اس لئے انہیں خود ہی لکھتا ہوں۔

اب میں ڈیلی کوریٹی پر بحثیں کیا یاد کر سکتا ہوں جو میں نے اپنی حقائق کی فائل پر پندرہ سال پہلے لکھی تھیں۔ اگر میں اپنے ساتھ پوری دیا ننداری اور انصاف رہتا تو میری کئی فائلیں ان حقائق کی یادداشتوں سے بھر جاتی ہوتیں۔ شاہ سادہ نے وہ ہزار

سالی پریشہ تجوالفا نا کہتے تھے۔ میں نے حقیقتیں کی ہیں اور بے شمار غلطیاں، بگبنہ بھی میری کیفیت ہے

جب یہ اپنی حالتوں کی نائل نکالنا ہوں اور وہ بارہ ان حکمت جینیوں اور تبتہوں کو پڑھتا ہوں جو میں نے اپنے متعلق لکھی تھیں وہ مجھے اپنے سخت سے سخت سماعی کو سکھاتے ہیں مدد دیتی ہیں اور اس میں ذیل کاریگی سے محسن وغویں پٹ سکتا ہوں

میں اپنی مصیبتوں کا دوسرے لوگوں کو ذمہ ار سمجھنے کا نادہی تھا۔ لیکن جوں جوں میری عمر بڑھتی جا رہی ہے۔ اور شاید عقل دشواری۔ مجھے احساس ہو رہا ہے کہ آخری تجربے میں اپنی ساری مصیبتوں کا ذمہ دار خود میں ہوں۔ اکثر لوگوں کو غیب وہ بڑے ہو جاتے ہیں یہ معلوم ہوتا ہے سینٹ بیلین میں پنوں نے کہا تھا۔ میری کمزورت اور ذال کی ذمہ داری خود بھی پر عائد ہوتی ہے۔ اپنا سب سے بڑا دشمن میں آپ سہا ہوں۔ اور خود ہی اپنی جبرتوں کا موجب!

میں ایک شخص کو جانتا ہوں۔ ان کا نام ایچ۔ پی ہول ہے۔ جب وہ اپنی صلاحیتوں اور خامیوں کا اندازہ لگاتا تھا۔ وہ بہت بڑا فن کار بن جاتا تھا۔ جب نیویارک کے ایمپائر بیلڈنگ کے فنشیت سٹوری اس کے ایمپائر کے انتقال کی خبر ۳۱ جولائی ۱۹۴۳ء کے اخبارات میں شائع ہوئی تو والی سٹریٹ شائے ٹیپ آئی کیونکہ وہ امریکی مالیات کا ایک سرکردہ رہنما تھا۔ وہ کمرشل بینک اینڈ ٹریسٹ کمپنی ۵۶ والی سٹریٹ کا چیئرمین اور چھوٹی بڑی بینکار پوریشنوں کا ڈائریکٹر تھا۔ اس نے بالکل معمولی سی تعلیم پائی۔ ایک دیہاتی سٹور کی کلرک نے اپنی زندگی کا آغاز کیا۔ آہستہ آہستہ وہ یہ ایسٹیل کا منیجر بن گیا اور شہرت اور عزت کی منزلیں طے کرنے لگا۔

ایک روز میں نے سٹریٹ ہول سے پوچھا کہ آپ کی کامیابی کی وجوہات کیا ہیں؟

اس نے جواب دیا۔ کئی سالوں سے میرا یہ دستور چلا آ رہا ہے کہ میں دن بھر میں جتنا کام کرتا ہوں اس کا ایک ناکل میں اندراج کرتا ہوں۔ سینچر کی شام کو میرے گھر والے مجھے کسی پرگرام میں شریک نہیں کرتے کیونکہ انھیں علم ہوتا ہے کہ اس روز میں اپنے ہفتے بھر کے کام کا جائزہ لیتا ہوں اور اپنا احتساب کرتا ہوں۔ شام کا کھانا کھانے کے بعد میں اپنے کمرے میں تنہا رہ جاتا ہوں۔ میں اپنی فائل کھولتا ہوں اور دیکھتا ہوں کہ میں نے سو مار کی صفحہ سے بے کر اب تک کتنی ملاقاتیں کی ہیں کتنے لوگوں کے ساتھ بحثیں کی ہیں۔ اور کتنے جلسوں میں شریک ہوا ہوں۔ پھر میرے اپنے آپ سے کہتا ہوں کہ فلاں وقت میں نے کیا غلطی کی تھی؟ میں نے کونسا کام ٹھیک کیا تھا اور میں کس طرح مزید اصلاح کر سکتا ہوں؟ بعض اوقات مجھے معلوم ہوتا ہے کہ اگر ہفتہ وار جائزے سے یہ بہت اُداس اور غمگین ہو جاتا ہوں بعض اوقات میں اپنی غلطیوں پر بھونچکا رہ جاتا ہوں۔ تمام وقت کے ساتھ ساتھ ان غلطیوں میں بھی کمی ہوتی گئی۔ احتساب کا یہ سلسلہ کئی سالوں سے جاری ہے اور اس سے مجھے بے پناہ فائدہ حاصل ہوا ہے۔

نعمن ہے کہ اچھے اپنی ہودل نے اپنا نظریہ بن فریٹکلن سے ستھار لیا ہو لیکن صرف اتنا فرق ہے کہ فریٹکلن سینچر کی شام کا انتظار نہیں کیا کرتا تھا۔ وہ ہر درات کو اپنے افعال کا وقت حساب کیا کرتا تھا اسے معلوم ہوا کہ اس میں تیرہ نقائص ہیں۔ ان میں سے تین یہ ہیں: ۱۔ وقت ضائع نہ ہونے سے پہلے باتوں پر طیش میں آ جاتا ہے۔ لوگوں سے جھگڑتا اور انہیں جھٹلاتے کہ کوشش کرتا ہے۔ بوڑھے، دانا بن، فریٹکلن کو احساس تھا کہ جب تک ان خامیوں کو دور نہیں کروں گا۔ میں آگے نہیں بڑھ سکوں گا۔ چنانچہ اس نے معمول بنالیا کہ وہ ہفتے کے ایک روز ایک خامی کو دور کرنے کی کوشش کرتا اور اپنی کامیابیوں کا ریکارڈ رکھتا، اگلے دن دواہنی دوسری بری عادت کو لیتا، اور تعلق منع کرنے کے لئے زور دیکتا۔ بن فریٹکلن دو سال تک اپنے نقائص سے نبرد آزما رہا۔ پھر اس میں کوئی تعجب نہیں ہونا چاہیے کہ وہ ہم

محبوب ترین اور بااثر شخصیتوں میں سے تھا۔

البرٹ بیویارٹ کہتا ہے: "شخص ہر روز کم از کم پانچ منٹ کے لئے پرے درجہ کا
احتمق ہوتا ہے، عقلمندی کا تقاضا ہے کہ اس جلد سے آگے نہ بڑھ جائے۔"

پھوٹے آدمی معمولی تختہ چینی پر غصہ نہک ہو جاتے ہیں لیکن عقلمند انسان اپنے نکتہ
چینیوں اور محاسنوں اور دشمنوں اور مخالفوں سے کچھ سیکھنے کے متعلق رہتے ہیں۔
دہشت میں کے الفاظ میں کیا آپ نے صرف اپنی لوگوں سے سبق حاصل کئے ہیں جنہوں نے آپ
کی تعریف کی جو آپ کے ساتھ نرمی اور تعلق سے پیش آئے اور جنہوں نے آپ کی تائید اور حمایت
کہہ کیا آپ نے عظیم ترین سبق ان لوگوں سے نہیں سیکھے جنہوں نے آپ کو دھتکار دیا، آپ
کی مخالفت کی اور آپ کی راہ میں روڑے اٹھائے۔

یہ انتظار کرنے کے بجائے کہ ہمارے دشمن ہمارے کام پر یا ہم نکتہ چینی کریں، ہمیں اپنی
پہلے ہی شکست دے دینی چاہیے ہمیں خود ہی اپنا سخت ترین نقاد بن جانا چاہیے۔ پیشتر اس
کے کہ ہمارے دشمنوں کو ایک لحاظ بھی کہتے سننے کا موقع ملے۔ ہمیں خود ہی اپنی کمزوریاں
اور خامیاں تلاش کر کے اپنی اصلاح کی بنیاد پڑے۔ چارلس ڈارون کا یہی دستور عمل تھا
اس کے متعلق کہا جاتا ہے کہ جب اس نے غیر فانی کتاب اصل اہ ذراع کا سو وہ ختم کیا، اس
احساس ہوا کہ اس کے تعلق کے انقلابی نظریے کی اشاعت سے ذہنی اور مذہبی حلقوں میں
طوفان برپا ہو جائے گا۔ چنانچہ وہ خود ہی ایسا محاسب اور نقاد بن گیا اور مزید
پندرہ سال تک اپنے مفروضوں کی پڑتال اپنے استدلال پر اعتراضی اور
اپنے نتائج پر تنقید کرتا رہا۔

فرنی کہے کوئی شخص آپ کو اُلٹا پٹا اور گدھا کہہ کر آپ کی تحقیر کرتا ہے۔
آپ کیا کریں گے؟ پیشتر میں آجائیں گے، غصہ ہو جائیے گا، لیکن کا دستور عمل یہ تھا، لیکن
کے وزیر جنگ ایڈورڈ ایم بیٹلی نے ایک دفعہ کہا کہ "گدھا" اور "اُلٹا پٹا" کا وزیر

مردوں اس لئے ہاراضے تھے۔ کہ لکن۔ اس کے معاملات میں دخل اندازی کر رہا تھا۔ ایک
 خود غرضی سیاست دان کو خوش کرنے کے لئے ممکن نے چند فوجی دستوں کے تبادلے پر دستخط کر دئے
 تھے۔ سٹیشن نے لکن کا حکم ماننے سے انکار کر دیا۔ مگر کم کھا کر کہا کہ ”لکن“ گدھا“ اور ”لوکا“ گدھا“
 ہے جو اس نے اس حکم پر دستخط کئے ہیں۔ پھر کیا ہوا سٹیشن نے جو بچہ گوہر شاہی کی کتنی جب
 لکن کو اس کے متعلق بتایا گیا، اس نے نہایت متانت سے جواب دیا: ”اگر سٹیشن کہتا ہے کہ
 میں گدھا اور ”لوکا“ گدھا ہوں، تو ضرور ہوں گا

لکن سٹیشن سے ملکہ سٹیشن نے اسے تائل کر لیا کہ حکم غلط تھا اور لکن نے اسے دہری
 لے لیا۔ جب لکن کو معلوم ہوا کہ تنقید معقول ہے اور دیامنداری اور غلطی کے جذبے
 سے کٹ گئی ہے، دم ہمیشہ ان کا خیر مقدم کیا کرتا تھا۔

مجھے اور آپ کو بھی اس قسم کی تنقید کا خیر مقدم کرنا چاہیے کیونکہ ہم چاروں میں میں
 سے زیادہ راستی پر ہونے کا دعوے نہیں کر سکتے۔ مضمون روروز ویلٹ جب ہاٹ
 ہاؤس کو ممبر منتخب ہو گیا اس نے کہا تھا، ”مجھے تو کم از کم اتنی ہی امید ہے“، عصر حاضر کے
 عظیم ترین مفکر آرنشٹ مائن نے اعتراف کیا کہ اس کے ننوں سے فیصدی نتائج غلط ہوں
 گئے، رائے فرجیل کے الفاظ میں ”ہماری نسبت ہمارے دشمنوں کا ہمارے متعلق رائے
 زیادہ صحیح ہوتی ہے“

میں جانتا ہوں کہ یہ بیان اس سے بھی کمائی گنا زیادہ درت ہو گا۔ لیکن پھر بھی جب
 میرے الفاظ مجھ پر کھٹے پہنچتی کرتے ہیں، اگر میں ہوشیار نہ رہوں تو میں فی الفور اور
 خود بخود اپنی مدافعت کے لئے تیار ہو جاتا ہوں۔ میں اتنا بھی نہیں سوچتا کہ میرا نقد کیا
 کہنے والا ہے جب بھی میں ایسا کرتا ہوں میں اپنے آپ کو بیزار ہو جاتا ہوں۔ ہم تنقید اور تحقیر

چینی سے نفرت کرتے ہیں اور تعریفی تحسین سے اپنی جھولیاں بھرنے کے خواہشمند نہیں اور ذرا بھی پرواہ نہیں کرتے کہ ہم تعریف کے مستحق ہیں یا تنقید کے ہم منطق کی مخلوق نہیں بلکہ ہم سب جذبات کی اولاد ہیں۔ ہماری منطق ایک شے کی مانند ہوتی ہے جو جذبات کے عقیق ہمارے ایک اور پر آشوب سمندر کی موجوں میں چکومتے کنارے ہیں ہم میں اکثر کی اپنے متعلق نہایت اچھی رائے ہوتی ہے جو کچھ کہہ کر اب یہ لیکن آج سے چالیس سال بعد جب ہم تجھے مڑا دیکھیں گے تو ہم اپنی موجودہ سونیتوں کا مذاق اڑائیں گے۔

ولیم ایلن ہارٹ اضلاعی اخبارات کا غالباً ممتاز ترین ایڈیٹر تھا۔ اس نے جب تجھے مڑا دیکھا تو پچاس سال پہلے جب وہ نوجوان تھا اس کا خاکہ بدی الفاظ کیسٹا ہے۔
 ”پھوے سردا۔۔۔ ایک بیوقوف، اعصاب کا شکار۔۔۔ گندم کا جو فرش، نخت پسند نوجوان۔۔۔ آسودہ قسم کی رحمت پسندی کا شیدائی۔۔۔“ شاید آج سے بیس سال بعد ہم بھی اپنی موجودہ شخصیتوں کے لئے ایسی ہی صفات استعمال کریں گے۔۔۔۔۔ یہ بالکل ممکن ہے۔ کون کہہ سکتا ہے؟

”کھیلے ابواب میں کی عرض کر چکا ہوں کہ اگر آپ پر نامناسب اور غیر منقول نکتہ چینی کی جائے تو آپ کو کیا کرنا چاہیے۔ یہاں میں ایک اور خیال پیش کرتا ہوں۔ جب آپ پر نامناسب نکتہ چینی کی گئی ہو اور آپ کو سخت غصہ آ رہا ہو، کیوں نہیں رک کر اپنے آپ سے کہتے۔ صرف ایک لمٹ۔۔۔۔۔ میں سبکل ہونے کا دعوے نہیں کر سکتا۔ اگر دین سٹائٹس مختار کرتا ہے کہ اس کے ۹۹ فیصدی نتائج غلط ہوتے ہیں۔ ممکن ہے کہ میں اسی فیصدی بار غلطی کر رہا ہوں، ممکن ہے کہ میں اس نکتہ چینی کا مستحق ہوں۔ اگر آپ اسے تو مجھے اپنے نکتہ چینی کا شکوہ ہونا چاہیئے اور اس سے فائدہ اٹھانے کی کوشش کرنی چاہیئے۔

پیپ سٹوڈیوٹ کمپنی کا ہیڈ کوارٹر چارلس قمان، نیو یارک، نیو یارک کا رہنما ہے۔ کو ریڈیو پر پیش کرنے کے لئے دس لاکھ ڈالر سالانہ خرچ کرتا ہے۔ پروگرام کے توصیفی خطوط

کو وہ آنکھ اٹھا کر بھی نہیں دیکھتا لیکن تنقیدی خطوط پر اسے پہلے شدت سے اصرار کرتا ہے وہ جانتا ہے کہ اس طرح وہ کچھ نہ کچھ سیکھ سکتا ہے۔
 فخر و تکبر ہیٹھ بے عمل کرنے کی کوشش کرتی ہے کہ اس کے نظم و نسق میں کیا غرابی ہے انھوں نے عمل ہی میں اپنے سارے غائبی کو بوجھ کیا اور ان سے کہا کہ وہ کبھی پڑھتے اور تنقید کریں۔

میں ایک ساقی صابن خوش کو جانتا ہوں جو اپنے ادب پر تنقید کرنے کی دعوت دیا کرتا تھا جب اس نے شروع شروع میں کوئٹہ کھینٹ کھینٹ کا صابن بیچنے کا کام اختیار کیا۔ اور ڈروں کی رشتا رشت سست تھی۔ وہ پریشان تھا کہ کہیں اس کی نوکری نہ جاتی رہے۔ چونکہ وہ جانتا تھا کہ صابن یا قمیٹ میں کسی قسم کا نقص نہیں اس لئے اس نے اندازہ کیا کہ غلطی خود راسی کی ہوگی۔ جب وہ آدھ ڈھال کرنے میں ناکام رہتا تو وہ یہ جاننے کے لئے دوبارہ ملاؤں اور دکانوں کا پتہ لگا تا کہ نقص کیا ہے کیا اس کا رو تیر بہت مہم اور واضح ہے کہ اس میں بولے اور پتہ نشان کا فقدان ہے؛ بعض اوقات وہ کسی دکاندار کے پاس جاتا اور کہتا۔ یہاں دوبارہ یہاں اس لئے آیا ہوں کہ آپ کے پاس صابن بیچنے کی پھر کوشش کروا دے سب آپ کا مشورہ اور صلاح لینے آیا ہوں۔ کیا آپ بڑے مہربانی مجھے یہ بتائیگی کہ چند منٹ پہلے جب میں نے یہاں صابن بیچنے کی کوشش کی تھی تو مجھ میں کوئی غرابی تھی تھی سبب مجھ سے کہیں زیادہ تجربہ کار اور کامیاب انسان ہیں سبب مجھ پر تنقید کیجئے، بالکل نہ جھکے، حراف صاف بات کہئے۔ مجھے سن کر کوئی صدمہ نہیں ہوگا۔

اس فریضے نے اس کے بہت سے دوست بنا دیے اور اسے بلا تھاپتی شہر سے ملے۔
 آپ کے خیال میں پھر اس کا انجام کیا ہوگا؟ آج وہ کوئٹہ سے پانی مولو۔ پیٹ سوپ کمپنی کا پرنٹنگ پریس ہے جو دنیا میں صابن بنانے والی سب سے بڑی کمپنی ہے۔ اس کا نام اسی۔ اچھ ٹل ہے۔ پچھلے سال امریکہ کے بعض صحافی اس کا دورہ کر کے اس سے زیادہ

مقی۔ اس کی سہ ماہی آمدنی دو لاکھ چالیس ہزار ایک سو اکتالیس ڈالر ہے
 آپجے۔ پی۔ ہول جی فرینکس اور ای آپجے ٹل کے طریق کار کو اپنے نے کے لیے بڑا
 آدھی بننے کی ضرورت ہے اور اب جب کوئی نہیں دیکھ رہا، کیوں نہیں آئیے یہی
 سمجھتے دیکھ کر اپنے آپ سے پوچھتے کہ آپ کا معلق کس جماعت سے ہے؟
 اسی لئے اگر آپ پر نامناسب اور غیر مفول بحث مباحثہ کی جائے تو اصول ۴ یہ ہے :-
 ہم سے جو حماقتیں سرزد ہوں، ہمیں ان کا ریکارڈ رکھنا چاہیے۔ اور اپنی
 منقید آپ کوئی چاہیے جو محکم مکمل ہونے کا دعویٰ نہیں کر سکتے۔ اس لئے
 ہمیں بھی ای۔ آپجے۔ ٹل کی طرح دوسروں کو بے لوث، کار آمد اور تعمیری تنقید
 کی دعوت دینی چاہیے۔

حصہ ششم

تنقید اور نکتہ چینی

خلاصہ

اصول ۱:- نامناسب اور غیر معقول نکتہ چینی اکثر اوقات آپ کی قابلیت کا محض اعتراف ہوتا ہے۔ اکثر اس کا یہ مطلب ہوتا ہے کہ آپ دوسروں کے دل میں رشک اور حسد کے جذبات بھرا دیئے ہیں۔ یاد رکھیے کہ کوئی بھی مردہ کتے کو کھڑک نہیں لگاتا۔

اصول ۲:- حتی الامکان پوری کوشش سے کام کیجئے۔ پھر اپنا پرانا چھاتہ پہن کر نکتہ چینی کی بارش سے بھگنے کے بجائے اسے راتے ہی میں روک لیجئے۔

اصول ۳:- ہم سے جو حاکمیت سرزد ہوں، ہمیں ان کا ریکارڈ رکھنا چاہیے اور اپنی تنقید آپ کرنی چاہیے۔ جو حکم عمل ہونے کا دعویٰ نہیں کر سکتے۔ اس لئے ہمیں بھی اکا۔ آج عمل کی طرح بے لوث

کارآمد اور تعمیری، حکمت چینی اور تنقید کی دعوت
دینی چاہیے ۔



حصہ ہفتم

لڑکان اور پریشانی

باب ۲۳ : آرام اور لڑکان

اب آپ ماتھے پر ہاتھ رکھ کر یہ سوچیں گے کہ لڑکان کو پریشانی سے کیا تعلق ہے؟
 اس کا جواب یہ ہے کہ لڑکان اکثر اوقات پریشانی کو جنم دیتی ہے یا کہ ان کی پریشانی
 کے آثار ضرور پیدا کر دیتی ہے۔ عظیم طب کا ہر طالب علم کہے گا کہ لڑکان
 جسمانی مداخلت کو کمزور کر دیتی ہے اور معمولی زکام سینکڑوں دوسری بیماریوں کیلئے
 میدان صاف کر دیتا ہے اور عظیم امراض انقبض کا ماہر آپ کو بتائے گا کہ لڑکان آپ کی
 ذہنی مداخلت کو کمزور کر کے خوف اور پریشانی کے جذبات کے لئے رستہ ہموار کر
 دیتی ہے اس لئے لڑکان کا تھک دہاں پریشانی کا تدارک کرنا ہے۔

کیا میں نے کہا ہے کہ پریشانی کا تدارک کرنا ہے؟ یہ میرا معمولی اہمیت دینے
 کے مترادف ہے، ڈاکٹر ایڈمز نے ایک سراسر سے بھی آگے نکل جاتے ہیں۔ ٹاکٹر
 صاحب نے آرام و سکون پر دو کتابیں لکھی ہیں "قرقی پذیر آرام و سکون"۔ اور آپ کو

ضرور آرام کرنا چاہیے۔ اور شکم کو یونیورسٹی کی کلینک غصہ پیات کلر یا رٹری کے ڈاکٹر کی حیثیت سے انہوں نے میڈیکل پریکٹس و طب میں آرام و سکون کو ڈاکٹر کی علاج کی حیثیت سے استعمال کرنے کے سلسلہ میں تحقیقات کی ہیں۔ وہ اعلان کرتے ہیں کہ مکمل آرام و سکون کا موجودگی میں کسی قسم کی اعصابی اور جذباتی حالت کا وجود برقرار نہیں رہتا۔ دوسرے الفاظ میں یوں کہا جاسکتا ہے کہ اگر آپ کو آرام و سکون حاصل ہو آپ پریشان نہیں رہ سکتے۔ چنانچہ مکان اور پریشانی دور کرنے کا پہلا اصول یہ ہے۔ اکثر آرام کیجئے مکان سے پہلے آرام کیجئے۔

یہ اس قدر ضروری کیوں ہے؟ اس لئے کہ مکان حیرت انگیز سرعت کے ساتھ جمع ہو جاتی ہے۔ پارک کے تفریح کے بعد ریاستہائے متحدہ و امریکہ کے حکمہ جنگ نے دریافت کیا ہے کہ اگر فوجی آدمی بھی۔ وہ آدمی جو برسوں کی فوج تربیت کے بعد کافی سخت ہو چکے ہیں۔ ہر گھنٹے میں دو منٹ کیلئے اپنا ساز و سامان اُتار کر آرام کریں تو وہ زیادہ اچھی طرح مارچ کر سکے ہیں اور ان کی برداشت کی قوت بڑھ جاتی ہے چنانچہ حکمہ جنگ انہیں ایسا کرنے پر مجبور کرتا ہے۔ آپ کا دل بھی اتنا ہی تیز اور مستعد ہے جس قدر کہ امریکی فوج کے فوجیوں کا۔ وہ مدد اتنا خون کا تھا ہے کہ اس سے باسافری ریلوے کی ٹینک کا درجہ جاسکتی ہے وہ جو میں گھنٹوں میں اتنی قوت خرچ کرتا ہے جو کہ تین فٹ اونچے پلیٹ فارم پر بیٹھ کر کھڑے پڑھانے کے لئے کافی ہے وہ کام کی اتنی قابل یقین مقدار ستر یا نوے یا سو سال تک کرتا ہے۔ وہ اسے کسے برداشت کرتا ہے؟ ہارورڈ میڈیکل سکول کے فاکلٹی ڈاکٹر ایس۔ کان اس کی وضاحت کرتے ہیں: اکثر لوگوں کا خیال ہے کہ ان کا دل ہر وقت کام میں مصروف رہتا ہے۔ حالانکہ

حقیقت یہ ہے کہ دل بردت سکڑنے کے بعد فرد آرام لیتا ہے جس میں معمولی رشتہ یعنی ستر مرتبہ فی منٹ سے چلتی ہے۔ دل عموماً چوبیس گھنٹوں میں صرف نو گھنٹے کام کرتا ہے۔ اور اس کے آرام کی مجموعی مقدار پندرہ گھنٹے روزانہ ہوتی ہے :

دوہری جنگ عظیم کے دوران میں انگلستان کا وزیر اعظم ونسن پیرل کا سن۔ پال سے متجاوز ہو چکا تھا کیسے رطاب کی فوج کشی کو کھینے کے لئے وہ روزانہ سولہ گھنٹے کام کرتا تھا اور اس عمل اتنا کام کرنے کا یہ ایک ریکارڈ ہے! اس کا راز وہ ہر روز صبح کے وقت گیارہ بجے تک بستر میں کام کرتا۔ اخبارات پڑھتا، آرڈر لکھواتا، ٹیلیفون کرتا، اور اہم جلسے منعقد کرتا۔ بچ کے بعد وہ ایک گھنٹہ کے لئے بستر پر ہی سو جاتا تا شام کے وقت وہ پھر بستر پر لیٹ جاتا اور آٹھ بجے ڈنر کھانے کے وقت تک دو گھنٹے ٹوٹا رہتا۔ اس نے نکان کا علاج نہیں کیا! نکان کا علاج کرنے کی فروست ہی نہیں پڑی کیونکہ اس کا اس کا تدارک کیا تھا۔ چونکہ وہ کافی آرام کرتا تھا اس لئے تازہ دم اور مستعد ہو کر ادلی گزر جانے کے بعد دیر تک کام کر سکتا تھا۔

جان۔ دی۔ راک فیلڈ نے دو غیر معمولی ریکارڈ قائم کئے وہ اپنے زمانے میں دنیا کا امیر ترین شخص تھا اور پھر وہ اٹھافوے سال تک زندہ رہا۔ اس نے یہ کیسے کیا میوٹا کی بڑی ویر پتھی کہ لمبی عمر پانے کا رجحان اسے وراثت ملا تھا لیکن ایک اندھی وجہ ہے وہ اپنے دفتری سوز و دہر کے وقت آدھ گھنٹہ قیلو لہ کیا کرتا تھا۔ وہ دفتر کے کون پر لیٹ جاتا۔ اور جب وہ قیلو لہ لہا ہوتا، تو کوئی شخص بھی خواہ وہ امریکہ کا پرنسپل ہی کیوں نہ ہو۔ جان راک فیلڈ کو ٹیلیفون نہیں بلا سکتا تھا!

ڈینیئل۔ ڈبلیو۔ جوبلین اپنی شاندار کتاب نکان کیوں نہیں مچھتے ہیں۔ آرام کے معنی سرے سے کچھ بڑھانے کے نہیں ہیں۔ آرام اصلاح ہے۔ آرام کے تصور سے

سے دفعی ہی اس قدر اموں کی قوت ہے کہ پانچ منٹ کی چھلکی بھی ٹھکان کو دوڑا دیتی ہے۔ اسیں ہال کے شہرہ آفاق کھڑی کوئی ایک نے مجھے بتایا کہ اگر یہ دھڑکے وقت کھیل سے پہلے نکلے نہ کر دیں تو پانچویں انگ میں ہی تھک جاتا ہوں لیکن اگر صرف پانچ منٹ بھی آنکھ دگا دیں تو حواہرات تک کھیلنا شروع ہو کر ہلکے تھکاوٹ محسوس نہیں کرتا ہوں۔

جب میں نے اسیٹونوزہ زردیٹ سے پوچھا کہ آپ نے بارہ سال کے عرصے میں اس قدر جاس پر غلام کو کیسے پایہ تکمیل تک پہنچایا۔ جبکہ آپ وہاٹس ہاؤس کی ممبر رہیں؟ اس نے جواب دیا کہ لوگوں سے ملنے یا تقریر کرنے سے پہلے میں اکثر ایک کرسی یا پتائی پر بیٹھ جاتا اور میں منٹ تک آرام کرتی۔

میں نے حال ہی میں ٹرانڈری سے ملوایا اسکو اور گارڈن میں اس کے ٹرانگ روم میں ملاقات کی۔ میں نے اس کے کمرے میں ایک فوجی چارپائی پڑی دیکھی وہی سرورٹ صبح کے وقت اس پر لیٹ جاتا تھا۔ ٹرانڈری نے کہا: اور اپنے منظر ہرے کے دھڑان میں ایک گھنٹہ تکید کرتا ہوں اس نے مرید کو تھب میں ہائی وڈی پچھڑیں بناتا ہوں میں اکثر ایک بڑی آرام کرسی پر بیٹھ کر آرام کرتا ہوں اور دو تین دفعہ دس دس منٹ کے لئے تیلو لکرتا ہوں اس سے میں بہت چست و چالاک ہو جاتا ہوں؟ ایڈمیں کہا کہ تھکاؤ اس کی غیر ضرورت اور اشتغال کی وجہ یہ ہے کہ وہ بہت چالاک ہو سکتا ہے۔

میں نے ہنری فورڈ کی دوسری سالگرہ کے تھوڑے دنوں بعد اس سے ملاقات کی، اسی یہ دیکھ کر حیران رہ گیا کہ وہ کسی قدر تندرست اور تازہ دم نظر آ رہا ہے۔ میں نے اس سے اسی راز دریافت کیا کہ جب میں بیٹھ سکتا ہوں۔ میں کبھی کھڑا نہیں ہوتا۔ جب میں لیٹ سکتا ہوں میں کبھی جھپٹا نہیں رہتا۔

”تعلیم جدید کا باعث ہمہ میں مان جب بوڑھا ہو گیا، وہ بھی یہی کرتا تھا۔ جب وہ

بھی ایک کالج کا پریذیڈنٹ تھا طلباء سے انٹرویو کرتے وقت وہ کوچ پر بیٹھ کر ہوتا تھا
 میں نے ہائی وڈ کے ایک ڈائریکٹر کو بھی تکنیک سہ زمانے کی تعریف دی اس نے آخر میں
 کیا کہ اس سے مجھے بے انتہا فائدہ حاصل ہوا ہے۔ میرا اشارہ جو یک شروٹوگ کی طرف تھا
 جس کا اب میٹرو۔ گولڈوین۔ میگزین کے چوٹی کے ڈائریکٹروں میں شمار ہوتا ہے چند سال
 ہوئے جب وہ مجھ سے ملے آیا۔ وہ جیم جی۔ کے شارٹ پیچر ڈیپارٹمنٹ کا صدر تھا۔
 ایک میٹ اور تھکاوٹ نے اس کا ٹیکسٹ دیکھ کر رکھا تھا اور وہ ٹانگ اور اسی اڈوٹ
 ہر چیز آزمایا چکا تھا۔ کسی چیز نے اس کی مدد نہ کی۔ میں نے ہر روز تھوڑا سا آرام کرنے کا
 مشورہ دیا۔ کیسے؟ اپنے اسٹاف رائٹرز سے کانفرنس کرتے وقت وہ اپنے دفتر میں
 لیٹ جایا کرے اور آرام کیا کرے۔

دو سال بعد جب میں اس سے دوبارہ ملا۔ اس نے کہا: ایک مجزرہ ظہور پذیر ہوا ہے
 میرے اپنے ڈائریکٹر کا بھی خیال ہے پہلی ہی فقرہ خیروں کے لئے خیالات اور تجاویز پیش
 کرتے وقت اپنی کرسی میں کھنچا کھنچا رہتا تھا۔ لیکن اب میں ان جلسوں کے دوران میں اپنے
 کے صوفے پر لیٹ جاتا ہوں۔ اب میری حالت اتنی بہتر ہو گئی ہے کہ کچھلے بیس سال میں کبھی
 نہیں برتی ہنگامہ۔ میں پہلے کی نسبت روزانہ دو گھنٹے زیادہ کام کرتا ہوں۔ لیکن شادی
 کبھی تھکتا ہوں؟

ان اصولوں کا آپ پر کیسے اطلاق ہوتا ہے اگر آپ ٹینوگرافری تو آپ ایڈیٹ
 یا سکرپٹ رائٹر کی طرح دفتر میں قیلولہ نہیں کر سکتے۔ اگر آپ اکاؤنٹنٹ ہیں تو اپنے مالک
 کے ساتھ مالی امور پر بحث کرتے ہوئے آپ صوفے پر لیٹ نہیں سکتے۔ اگر آپ کسی چھوٹے
 شہر میں رہتے ہیں اور اپنا چھوٹا کمر جا کر رکھتے ہیں تو آپ کچھ کے بعد دس منٹ تک قیلولہ
 کر سکتے ہیں۔ امریکہ کے سابق وزیر جنگ جارج مارشل کا بھی دستور تھا۔ اس نے ہوس
 کیا کہ جنگ کے زمانے میں وہ امریکہ کی فوج کو ہدایات دینے میں اس قدر مصروف رہتا تھا

کہ اس کے لئے صبر کو آرام کے بغیر وہ نہیں۔ اگر آپ کی عمر پچاس سال سے زائد ہو چکی ہے، پھر بھی آپ یہ محسوس کرتے ہیں کہ آپ آرام کے لئے وقت نہیں نکال سکتے۔ تو میں قندیلہ ملکہ بنوں۔ اپنا سدا لائف انشورنس خرید لیجئے۔ ان دنوں احوال کثرت سے جھجھکیا۔ اور اچانک ۱۰ اور ۲۰ کی نوجوان بیوی کو آپ کے معیے کی ضرورت ہے تاکہ وہ کچھ فوجی مرد سے شادی کر سکے۔

اگر آپ دوسرے کے وقت قبول نہیں کر سکتے تو کم از کم اتنا تو کر سکتے ہیں کہ کھانا کھانے سے پہلے ایک گھنٹہ کے لئے ٹیٹ جائیں۔ یہ دکان اور سوڈے کے ایک گلاس زیادہ ارزاق رہتے ہیں اور اس سے ۵۰۴۶ گنا موثر۔ اگر آپ چار پانچ یا چھ بجے کے قریب ایک گھنٹہ کے لئے اٹھ کر ٹیکس کو آپ اپنی حیات بیداری میں ایک گھنٹہ بعد نانا افسانہ کو سکتے ہیں۔ کیوں؟ کیسے؟ کیونکہ رات کے کھانے سے پہلے ایک گھنٹہ کی چھٹی رات کے پھر گھنٹوں کی نیند سے مل کر۔ مجموعی رات گھنٹے۔ آٹھ گھنٹوں کی مسلسل نیند سے کہیں بہتر ہے۔

اگر کوئی جسمانی مزدور آرام کے لئے زیادہ وقت نکالتا ہے تو وہ زیادہ کام کر سکتا ہے۔ جیتلہ بیٹی کہنی کے ساتھ سانس کی انتظامیہ انجینئر کی حیثیت سے کام کرتے ہوئے فزیکل فیلڈ نے اسے ثابت کیا ہے جب اس نے دیکھا کہ مزدور سارے بارہ گن لوہا کی گس کے حساب سے کرائے کی گاڑیوں پر دتے ہیں اور دوسرے تھک کر چور ہو جاتے ہیں۔ اس نے سکان کے تمام مشورہ غاصر کا سانس مٹا لیا اور اس کے بعد دعویٰ کیا یہ مزدور ایک دن میں سارے بارہ گن نہیں بلکہ سینتیس گن لوہا لاد سکتے ہیں اس کے حساب کے مطابق اگر مزدور روزانہ چار گن بھی کام کریں، پھر بھی وہ سکان محسوس نہیں کریں گے اور اس نے اسے ثابت کر کے دکھایا۔

مشین نے ایک مزدور کی ٹیٹ کو منتخب کیا، اسے روک کر ٹیٹ کے مطابق کام کرتا تھا ایک شخص روک کر ٹیٹ کو لیا اور سکیڈٹ کو لیا۔ اب مٹھا، اٹھاؤ اور چلو۔ اب

بیچو جلاؤ اور آرام کرو۔۔۔۔۔ اب چلو۔۔۔۔۔ اب آرام کرو۔
 پھر کیا ہوا؟ اکیسے سکیڈٹ نے سینتالیس مین ٹن لوہا اکٹھا اور باقی مزدوروں نے نی
 کسی سڑ سے بارہ ٹن۔ اور ان تین سالوں کے دوران جب تک ٹیلر فریڈرک نے سیکسٹیم کے ٹاں
 راجہ وہ عملی ہمیشہ ہی رفتار پر کام کرتا رہا۔ سکیڈٹ اس میں اس لئے کامیاب ہو گیا کہ وہ
 تھکنے سے پہلے آرام کر لیتا تھا۔ وہ ایک گھنٹے میں قریباً چھبیس منٹ کام کرتا اور پچیس منٹ
 آرام، وہ کام کے بجائے آرام زیادہ کرتا تھا پھر بھی وہ دوسروں کی نسبت تقریباً چار گنا کام
 کرتا تھا، کیا محض سوائی اور سکاسٹی بات ہے؟ آپ خود اس ریکارڈ کے متعلق فریڈرک ڈینسلو
 ٹیلر کی کتاب سائنسی نظم فتن کے اصول پڑھ سکتے ہیں۔
 میں پھر دہراتا ہوں۔ آپ بھی دہی کیجئے جو فریڈرک کرتے ہیں۔ اکثر آرام کیجئے۔
 دہی کیجئے جو آپ کا دل کرتا ہے۔ تھکنے سے پہلے آرام کیجئے اور آپ اپنی حیات بیداری
 میں ایک گھنٹہ کا اضافہ کر سکیں۔

باب ۲۲۔ تفریح اور آرام

آپ سن کر شاید حیران ہوں گے لیکن حقیقت یہ ہے کہ اکیلا دماغی کام کو نہیں تھکا
 سکتا آپ کو شاید یقین نہیں آیا؟ لیکن چند سال ہوئے سائنس دانوں نے یہ دریافت کرنے کی
 کوشش کی تھی کہ کام کی حقیقتی اور روز بروز الٹا سلا جیت۔ تھکان کی سائنسی تعریف۔
 یہ کم پچھلے نیروائی دماغ کہتے ہوئے تک محنت کر سکتا ہے۔ خود ان سائنس دانوں کو تو راجہ
 ہوا جب انہیں معلوم ہوا کہ خون کی گردش کے دوران میں جب دماغ فعال ہوتا ہے تو کسی قسم کی
 تھکان محسوس نہیں کرتا، جب کوئی مزدور کام میں مصروف ہو، آپ اگر اس کی رگوں سے خون

مکالمی تو آپ کو اس میں تکان کے نہر اور تکان کی فصول کی فراوانی نظر آئے گی۔ اگر آپ شام کے وقت کسی بلرٹ آئیں مٹاؤں کے جسم سے خون نکال کر دیکھیں تو اس میں کئی قسم کی تکان کا پتہ نہیں ملے گا۔

جہاں تک دماغ کا تعلق ہے یہ کام اٹھ بلکہ بارہ گھنٹوں کے بعد بھی اتنی ہی تیزی سے اپنا زخمی انجام دے سکتا ہے جتنا کہ آغاز کار کے وقت۔ دماغ سرسرا تھک رہا ہے۔ پھر آپ کیوں تھک جاتے ہیں؟

ماہرین امرانی انفس کا دعویٰ ہے کہ ہماری تکان زیادہ تر ہمارے دماغی اور جذباتی رویے کی تاج ہوئی ہے انگلیت تکان کا ایک ممتاز ماہر امرانی انفس ہے۔ اسے ہڈی نیلڈاچ کتا "قوت کی نفیات میں کہتا ہے، ہماری تکان کے سوتے زیادہ تر ہمارے ذہنی سرچشموں سے پھوٹتے ہیں۔ وہ حقیقت ظاہر بانی سرچشموں کا وجود شاذ ہی ہوتا ہے۔"

امریکی کا ممتاز ترین ماہر امرانی انفس ڈاکٹر اے۔ اے برل اس سے بھی ایک قدم آگے نکل جاتا ہے۔ اس کا دعویٰ ہے کہ تندرست کامل الوجود مزہ دور کی تکان سونی صاف غیبی اعمال (FACTOR) کی وجہ سے ہوتی ہے۔ ان اعمال سے ہمارا مطلب جذباتی اعمال سے ہے۔

کئی قسم کے جذباتی اعمال کامل الوجود یا نشت از دور کو تھکا دیتے ہیں؛ مسرت؛ اطمینان؛ تناعت؛ نہیں؛ کبھی نہیں؛ بوریت؛ غفلت؛ بیکاری؛ محبت؛ تشویشی پریشانی؛ بدولی۔۔۔ یہی جذباتی اعمال ہفت روزہ مزہ دور کو زکام اور زلے کا شکار بناتے ہیں۔ اس کی قوت پیداوار کو گھٹا دیتے ہیں اور اسے اعصابی سرور کے ساتھ گزرتھو دیتے ہیں۔ جی ہاں، تم تھک جاتے ہیں کیونکہ ہمارے جذبات و احساسات ہمارے جسم کے اندر جذباتی کشمکش اور اعصابی تناؤ پیدا کر دیتے ہیں۔

میرٹھوپین لائف انشورنس کمپنی کی طرف سے تکان پر ایک کتابچہ شائع کیا گیا تھا،

اس اعصابی تھکان کا علاج کیا ہے؟ آرام: آرام: آرام: کام کرتے وقت آرام کرنا سیکھئے!

سہل، نہیں، آپ کو زندگی بھر کی عادی بدنی پڑی گی۔ لیکن یہ تبدیلی اس کی مستحق ہے کہ اس کے لئے کوشش کی جائے، کیونکہ اس نے آپ کی ساری زندگی منقلب ہو سکتی ہے و نیم جمیر اپنے معقول منسلک تفریح میں کہتا ہے ضرورت سے زیادہ اعصابی تناؤ، تشنج، اضمنا کا سخت ہو جانا، بے سکوئی دے اٹھنا، اور اندری الجھنیں۔ ایجنوں کی بری عادی ہیں۔ اس کم و بیش ہرگز کوئی اور چیز نہیں۔ تپنے اور کھینے رہنا ایک عادت ہے جسم کو ڈھیلا چھوڑ کر آرام پہنچانا بھی ایک عادت ہے۔ بری عادی چھوڑی جاسکتی ہیں اور اچھی عادی اختیار کی جاسکتی ہیں۔

آپ کیسے جسم کو آرام پہنچاتے ہیں؟ اپنے دماغ سے شروع کرتے ہیں! اعصاب: آپ کو کہیں سے بھی نہیں شروع کرنا چاہیے۔ ہمیشہ اپنے ہاتھوں کے جسم کو ڈھیلا چھوڑ کر آرام کیجئے۔

چھپے، ہم کوشش کرتے ہیں۔ مگر آپ کو سمجھانے کے لئے گویہ کیسے کیا جاتا ہے۔ ہم آپ کی آنکھوں سے شروع کرتے ہیں۔ اس پیرے کو پٹھئے، جب آپ سرے پر پہنچ جائیں پتہ آنکھیں بند کر لیجئے اور عادی سے نہیں کہتے۔ چلو، چلو، کھینچنے مت رہو، تیریاں ست پڑھاؤ، چلو، چلو۔ ان الفاظ کو ایک منٹ تک بار بار آہستہ آہستہ کہئے۔ آپ انکھیں لگے کہ چند منٹوں کے بعد آپ کی آنکھوں کے پٹھے آپ کی اطلاع کر رہے ہیں۔ آپ تمہاری کہیں لگے کہ جیسے غیر مرنی طاقت ہے آپ کو کھینچو وہ در کر رہا ہے خواہ آپ کو کتنی بھڑکانا بل یقین نظر آئے لیکن یہ حقیقت ہے کہ اس ایک منٹ میں لاکھ اور کروڑوں کے فن کی بھی آپ کے ہاتھ آگئی ہے اور آپ نے اس کا تجلید پایا ہے۔

بجائے بڑوں و امینوں، کنہیوں، گھٹن، چہرے کے بوجھم کے سارے پٹھوں کے متعلق
 کہہ سکتے ہیں لیکن سب سے اہم عضو آنکھ ہے اور اس پر آپ کو خاص توجہ دینی چاہیے۔ آنکھ کو
 یونیورسٹی کے فاکلٹی ایڈمنڈ جیکبسن نے آنکھ کی اہمیت پر اس حد تک زور دیا ہے
 کہ اگر آپ کی پھول کو کل گھر پر آرام نہ ہو سکیں تو آپ اپنی ساری مشکلات بھول سکتے ہیں۔
 انھوں نے کشیدگی کو سکون پہنچانے کی آنکھوں کو اس نے ان کی اہمیت حاصل ہے کیونکہ
 جتنے اعصابی قوتیں ہمارا سارا جسم نروں کرتا ہے اس کا ایک چوتھائی حصہ ان کی آنکھیں صرف
 کر دیتا ہے، یہی وجہ ہے کہ ہلکے سے آنکھیں دھونے سے بھی مگر لوگوں کو چشم کشیدگی میں مبتلا
 کر دیتے ہیں، وہ اپنی آنکھوں پر لگا دواؤں سے بڑھتے ہیں۔

مشہور ناول نگار ویکٹوریہ کیمپبے کہ لکچرس کے زمانے میں مجھے ایک بوڑھا شخص ملا
 اس نے اپنی زندگی کا اہم ترین سبق سکھایا۔ بہت دیر میں یہ تھی کہ وہ کی کہیں گر پڑی تھی۔
 اس کے گھٹائیوں پر غور کیا اور کھائی پر چوڑا لگتی تھی۔ اس بوڑھے آدمی نے اسے
 اٹھایا۔ وہ ایک زلزلے میں سرکس کا سفر کر رہا تھا، اسے جھاڑ پونچھ کر وہ بولتا تھا اس
 نے زخمی ہوئی کیونکہ تم آرام کرنا نہیں جانتی تھیں۔ یہیں اس طرح خیال کرنا چاہیے تھا۔ کہ
 جیسے تم پرانی مسلی ہوئی کھانسی چھلکی جواب ہو۔ آؤ میں تمہیں اس کا طریق بتا دوں گا۔

اس بوڑھے شخص نے دیکھا کہ آرام اور دھیرے سے بچوں کو کرتا چھانگ لگاتا، اور تھلا بازیاں
 لگاتا سکھایا وہ بھی ہر وقت یہی صراحت کرتا کہ تم اپنے آپ کو پرانی مسلی ہوئی کھانسی چھلکی
 جواب نہیں کرو۔ پھر تم آرام کر سکو گے؟

آپ خواہ کہیں بھی ہوں تنہائی کے لمحہ میں آپ اپنے اعصاب کو آرام دے سکتے
 ہیں۔ صرف اتنا کیجئے کہ آرام پہنچانے کا کوشش مت کیجئے۔ آرام پریم کی کوشش اور کھچاؤ
 کا نفی کرتا ہے۔ آرام اور سکون کے متعلق سوچئے۔ پھر اپنی آنکھوں اور اپنے چہرے
 کے اعصاب کے آرام کے متعلق سوچئے جو نئے شروع کیجئے اور بار بار کیجئے۔

”جو..... چلو..... چلو..... چلو..... آرام کو ثنوت کو اپنے چہرے کا اعصاب سے اپنے جسم کے ہر کوئی طرف بہتی ہوئی غموں کیجئے، اپنے آپ کو بچے کی طرح بچھپاؤ، آنا دھپال کیجئے۔“
 بچم کے سر میں یوں گانے والی عظیم ہولناکیاں لگی گئی کہ ایسی دستور عمل تھا کہ میں جیب سے نئے بچے بتاؤں، ان کو دیکھ کر قہقہے لگ کر رہی گائے سے پہلے ایک کرکسی پر بیٹھ جاتی اور اس طرح اپنے اعصاب کو آرام دلاتی۔ اس کا پھل جتنا اس قدر دھیمہ ہوتا کہ وہ فی الواقع خیر و فخر آتا۔ نہایت قابل تعریف طریق کار۔ اس سے وہ سنگا پر داخل ہوتے وقت بہت زیادہ اعصابی ہونے سے بچ رہتی اور تھکا دہشت غموں نہ کرتی۔

مندرجہ ذیل پانچ تجویزیں ہیں جو آپ کو آرام پہنچانے کے عمل میں مدد دیں گی۔
 ۱۔ اس موضوع پر ڈاکٹر ڈیوڈ ہیر وڈ شک کا کتاب ”عصابی کشکلی کا تدارک بہترین کتاب ہے اسے فوراً پڑھئے۔“

۲۔ تنہائی کے لمحات میں آرام کیجئے۔ اپنے جسم کو پرانی جراب کی طرح دھیمہ چھوڑ دیجئے جس میں کام کر رہے ہوں، یہ اپنی میز پر ایک پرانی جراب رکھ لیتا ہوں۔ یہ مجھے یاد دلاتی ہے کہ مجھے کس قدر دھیمہ ڈھالا رہنا چاہیے۔ اگر آپ کے پاس سر پرست جراب نہیں تو بلی ٹیک رپے گی۔ کیا آپ نے دھوپ میں سوئے بڑے بڑے کو کبھی اٹھایا ہے؟ اس کے دونوں سرے کیلے اخبار کی طرح خلیق ہوتے ہیں، ہندوستان کے جو کیوں کا بھگت بھی خیال ہے کہ اگر آپ آرام کے غنیمت پر عبور حاصل کرنا چاہتے ہیں تو کمانی کو خوب غصے دیکھئے میں نے کبھی کوئی تیار نہیں کیجی جو تھکی ہوئی ہوا اعصابی کشکلی کی شکار ہو جائے خواہی پریشانی اور غصے کے ناموں میں مبتلا ہو۔ اگر آپ بھی اس عمارت سے بچنا چاہتے ہیں تو بلی کی طرح آرام کرنا سیکھئے؟

۳۔ جتنا تک ممکن ہو آرام وہ حالت میں رہیے۔ یاد رکھیے کہ کھنچا ہوا جسم کندھوں میں دروازوں اور عصبانی کشکلی پیدا کرتا ہے۔

۴۔ روزانہ چار پانچ مرتبہ اپنا عا سبہ کیجئے اور اپنے آپ سے کہئے۔ گیا میں اپنے کام کو حقیقت سے زیادہ مشکل بنا رہا ہوں، میں جو کام کر رہا ہوں کیا اس میں وہ عصب بھی استعمال کر رہا ہوں جن کا اس کے ساتھ کوئی تعلق نہیں، اس سے آپ کو آرام کرنے کی نادت اختیار کرنے میں مدد ملے گی۔ اور مٹر ڈیوڈنک کے الفاظ میں جو لوگ نفیات کو اچھی طرح

جانتے ہیں ان کے لئے ایک یہ عادت (دو عادتوں) سے زیادہ عزیز اور قیمتی ہے۔
۵۔ دن ختم ہونے کے بعد پھر اپنا عا سبہ کیجئے اور اپنے آپ سے پوچھئے۔ میں کس قدر

تھکا ہوا ہوں؟ اگر میں تھک گیا ہوں تو اس کی وجہ وہ دماغی کام نہیں جو میں نے کیا ہے بلکہ وہ اسلوب ہے جسے میں نے کام کرنے میں اختیار کیا تھا، ڈیفنل ڈبلیو جی لین کہتا ہے "دن ختم ہونے کے بعد میں اپنی کارروائی کا جائزہ لیتا ہوں لیکن اس چیز سے نہیں کہ میں کس قدر تھک گیا ہوں بلکہ اس پر سوچتا ہوں کہ میں کس قدر تھک گیا ہوں۔" دن ختم

ہونے پر حسبِ ہی خالص طور پر تنہا محسوس کرنا ہوں یا جب میرا چڑچڑ پن ثابت کرتا ہے کہ میرے اعصاب تھک چکے ہیں تو مجھے لایا ویہ قوی ہوتا ہے کہ یہ تنہا غفلت اور کسرت دونوں اعتبار سے بریکر لگتی ہے۔ اگر شخص اس سبق کو سیکھے تو کھنچاؤ اور اعصابی کشمکش کی وجہ سے وقوع پذیر ہونے والی اموات کی شرح رفتار راتوں رات ختم ہو جائے گی! اور پھر پیشانی اور کان کے تڑپنے سے اتنے لوگ ہمارے پاگل خانوں اور المعذوبین اور نعت افزاء مقامات پر نہیں آئیں گے!

باب ۲:- عورت کی خوبصورتی کا راز

گذشتہ خزاں کے موسم میں ایک روز بری فین کا رو دنیا میں اپنی قسم کی ایک انوکھی طبی کلاس کے سیشن مضامینات، یہ شریک ہونے کے لئے ہوائی جہاز پر بوسٹن پہنچی طبی کلاس، جی ہاں یہ کلاس ہفتے میں ایک بار بوسٹن ڈپنسری میں ٹھہرتی تھی اور جو مریض اس میں شرکت کرتے تھے ان میں سے پہلے ان کا مکمل طبی معائنہ کیا جاتا ہے لیکن درحقیقت یہ کلاس ایک نفسیاتی کلینک ہے۔ اگرچہ مریضوں کی طرح اسے طبی نفیات کی کلاس کہا جاتا ہے۔ پہلے اس کا نام "خیالیت پر تذبذب والے تعلیم گاہ" تھا۔ اور یہ نام اس کے اوپن ممبر نے تجویز کیا تھا، اس کا حقیقی مقصد ایسے لوگوں کے پینا ہے جو پریشانی کے مریض ہیں اور ان میں سے ایک گزیر تھراڈ جذبہ باقی طور پر پریشان خانہ دار خواتین کی ہوتی ہے۔

پریشانیوں کی یہ کلاس کیسے شروع ہوئی؟ ۱۹۸۲ میں ڈاکٹر جوزف ایچ پریٹ نے جو رویم اولر کے شاردورہ چکے ہیں، دیکھا کہ بہت سے بیرونی مریض جو بوسٹن ڈپنسری میں آتے ہیں، جہاں جسمانی اعتبار سے ان میں کسی قسم کا نقص نہیں ہوتا لیکن عملی طور پر ان میں وہ ساری علامات موجود ہیں جنہیں بدن قبول کر سکتا ہے۔ "وجع مفصل" (جوڑوں کا درد) سے ایک

عورت کے ہاتھ سے اس قدر بچھڑ چکے تھے کہ وہ عملی طور پر بالکل ناکارہ ہو گئے تھے۔ ایک دوسری خاتون سردی سے کئی سالوں سے دردناک علامتوں کی تکلیف میں مبتلا تھی اور وہ حقیقتاً ان دردوں کو بھولی کر رہی تھیں لیکن جہاں تک جسمانی اعتبار سے دیکھا گیا۔ اتنا ہی مکمل طبی معائنوں کے بعد بھی ان عورتوں میں کسی قسم کا نقص نظر نہ آیا پر انہیں خیالات کے بہت سے ڈاکٹروں کی رائے کے مطابق یہ سب کچھ محض تخیلی۔ ذہنی پیداوار تھا۔

لیکن ڈاکٹر پریٹ نے اندازہ لگایا کہ ان مریضوں سے یہ کہتا ہے کہ وہ کچھ پہلے جاؤ اور اسے بھول جاؤ۔ اس سے کوئی فائدہ نہیں ہوا، وہ جانتے تھے کہ ان میں کچھ

خود میں بیمار رہنا پسند نہیں کرتیں اور اگر اپنی تکلیفوں کو بھلانا آسان نہ تھا تو وہ خودی ایسا کر سکتی تھیں۔ پھر کیا کیا جائے؟

انہوں نے اپنی کلاس شروع کر دی۔ جہاں ضمنی طور پر طبی متاثرین اپنے ٹکوک و شبہات پیش کرتے۔ چنانچہ اس کلاس نے مجھے دکھائے! اسے شروع ہوئے اٹھارہ سال ہو چکے ہیں اور اس عرصہ کے دوران میں ہزاروں مریض اس میں شریک ہو کر معیشت ہو چکے ہیں۔ بعض مریض کئی سالوں سے اس کلاس میں اس باقاعدگی سے شرکت کر رہے ہیں۔ جیسے وہ کر رہے ہیں جانے کے عادی ہیں۔ میری شریک کار کو ایک خاتون کے ساتھ ذات چیت کرنے کا سو تھا، جو نو سال میں شاید ہی کبھی غیر حاضر رہی ہوگی۔ اس غور نے بتایا کہ جب میں پہلے پہل اس کلینک میں گئی، مجھے پورا یقین تھا کہ مجھے گردوں یا دل کی کوئی بیماری ہے۔ میں اس قدر برائیاں اور کینچی کھینچی رہی تھی کہ بعض اوقات میری لہجہات بھی زائل ہو جاتی اور مجھے پابند سے بچنے کے دورے پڑنے لگتے۔ لیکن آج سمجھ اپنے اور پورا بھروسہ ہے۔ میں بہت خوش اور باطل تندرست ہوں۔ بظہر وہ چالیس سال کے لگ بھگ معلوم ہوتی تھی۔ لیکن اس کی گودی اس کا ایک پوتا سوراہا تھا۔ اس نے کہا میں غانگی امور کے تعلق اس قدر پریشان رہا کرتی تھی۔ لیکن اس کلینک میں آکر مجھے معلوم ہوا کہ اس احمق تھی کہ جو پریشانی رہا کرتی تھی یہاں میں نے پریشانی پر غالب آنا دیکھا اور اب میں پوری دیانتداری کے ساتھ کہہ سکتی ہوں کہ میری زندگی بالکل پرسکون اور غیر متلاطم ہے۔“

کلاس کی طبی مشیر ڈاکٹر روزہل فرڈنگ نے کہا کہ میرے خیال میں پریشانی کو معاذ رب کرنے کا بہترین علاج یہ ہے کہ آپ اپنی مشکلات کو کسی ایسے شخص کے سامنے بیان کریں جس پر آپ بھروسہ کر سکتے ہوں۔ ہم اتنے پیچیدہ دائمی دیکھنا سہا سہا کہتے ہیں۔ اس نے کہا مریض یہاں آکر اپنی مشکلوں کا تفصیل سے اظہار کر سکتے ہیں اور اس طرح وہ ان کے ذہن سے خارج ہو جاتی ہیں۔ پریشانیوں کے تعلق خود ہی سوچتے رہتے، اور انہیں اپنے نگہ میں نہ رہنے دیتے۔

اعصابی انجینس پیدا ہوتی ہیں، ہم سب کو ایک دوسرے کی ٹیکھوں میں شریک ہونا پڑتا ہے
ہیں اپنی پریشانیوں کو بانٹنا ہوتا ہے۔ ہیں یہ عموماً کرنا پڑتا ہے کہ دنیا میں کوئی ایسی جگہ ہے
جو ہماری شکایتیں سننے کے لئے تیار اور انہیں سمجھنے کے قابل ہے۔

میری شریک کار نے دیکھا کہ جب ایک عورت نے اپنی پریشانیوں کا اظہار کیا اس کا بڑا
ہلکا ہو گیا اور اس نے بڑا سلون محسوس کیا، وہ خانگی مشکلات میں گھری ہوئی تھی۔ جب اس نے
شرع میں اپنی زبان کھولی۔ اس کی حالت ایک بند مچھے کی سی تھی۔ پھر جوں جوں وہ بولنے لگی
رفتہ رفتہ وہ سلون محسوس کرنے لگی اور اپنی گفتگو کے اعتدال پر وہ فی الواقع مسکرا رہی تھی۔
کیا اس کی انجین ختم ہو گئی تھی؟ نہیں یہ اتنی سہل نہیں۔ پھر تبدیلی کیسے پیدا ہوئی؟ کسی سے
باتیں کر کے دل کا بوجھ ہٹا کر نئے سے، تھوڑا سا مشورہ اور انسانی ہمدردی حاصل
کرنے سے درحقیقت یہ تبدیلی الفاظ نے پیدا کی تھی۔ الفاظ۔ جو وسیع و بے پایاں دنیا
تقدیروں کے حامل ہیں۔

نفسیاتی تحلیل بھی کسی حد تک الفاظ کا اسی معاوناتی قوت پر مبنی ہے۔ آزاد کے زمانے
سے لئے کر آن تک کے تخلیلی ماہرین جانتے ہیں کہ صرف باتیں کر کے اپنی داخلی پریشانیوں
سے سکون حاصل کیا جاسکتا ہے ایسا کیوں ہے؟ ممکن ہے کہ بولنے سے ہم زیادہ بہتر سمجھتے
اور بہتر مشاہدہ حاصل رہتے ہوں۔ صحیح جواب کوئی بھی نہیں جانتا لیکن ہم انسا جانتے ہیں کہ
”اسے باہر تھوکنے یا اسے چھاتیوں سے باہر نکالنے سے بہتر تقریباً فوراً سکون مل جاتا ہے۔
اس لئے جب ہمیں انکی مرتبہ کوئی مذہباتی انجین پیش آئے، کیوں نہ ہم کسی کو تلاش کر کے اس
کے پاس اسے اظہار کریں؟ لیکن میرے کہنے کا ہرگز یہ مطلب نہیں ہے کہ ہمیں جو کوئی بھی ملے، ہم
اس کے پاس شکایت کرنے، رونے اور جھینکنے لگیں اور اپنے آپ کو دوسروں کے
دوبال جان جائیں، پہلے ہمیں یہ ملے کہ دنیا چاہئے کہ ہم کس پر اعتبار کر سکتے ہیں، پھر اس کے
لغات کا وقت مقرر کریں خواہ وہ کوئی ہمارے شے طرہ ہو، عزیز ہو، قریبی ہو یا دوست

ڈاکٹر مڈوکیل، پادری ہویا نووی، امیر ہویا دزیر، ہیں اس شخص سے کہنا چاہیے "یہ کتاب کا مشورہ چاہتا ہوں، میں ایک انجمن کی گرفتار ہوں اور میں چاہتا ہوں کہ آپ اسے لیں۔ شاید آپ مجھے کوئی مشورہ دے سکیں، اگر آپ نہ بھی دے سکیں پھر بھی میں جو کچھ کہنا چاہتا ہوں اگر آپ اسے بیٹھ کر سنیں میں مجھے کافی مدد مل سکتا ہے۔"

سلام اگر آپ دیا ننداری سے محسوس کرتے ہیں کہ آپ کسی سے بھی بات نہیں کر سکتے پھر اس آپ کو مشورہ دوں گا کہ آپ انجمن تحفظ حیات کی طرف رجوع کریں، اس انجمن کا بوشن ڈسپنری سے کسی قسم کا تعلق نہیں، لیکن دنیا میں اپنی نوعیت کا یہ بھی ایک واحد ادارہ انوکھا ادارہ ہے، شروع شروع میں تو اس کی تشکیل خود کشتیوں کے انداد کا مقصد سامنے رکھ کر کی گئی تھی، لیکن وقت کے ساتھ ساتھ اس کے کام کا دائرہ وسیع ہوتا گیا اور محبت زندہ اور جذباتیت کے شکار انسانوں کو روحانی مشورے بھی دینے لگی، اس انجمن کی سیکرٹری مس لونا بی۔ بی۔ بوشل ہیں، وہ رجوٹنگ اس انجمن سے مشورہ لینے آتے ہیں، وہ ان کے ساتھ انٹرو وکرتی ہیں کچھ عرصہ ہوا میری مس بوشل کے ساتھ بات چیت ہوئی تھی۔ انہوں نے مجھے بتایا کہ اس کتاب کے تاریخی کے استفسارات کا جواب دینے میں مجھے خوشی محسوس ہوگی۔ اگر آپ انجمن تحفظ حیات ۵۰۵ ہانچویں اوریونیویسٹی ایک شہر کوٹھیں تو آپ کے خط اور آپ کی مشکلات کو بردہ اخفا میں رکھا جائے گا اور آپ کو دیا نندارا نہ مشورہ دینے کی کوشش کی جائے گی، میری ایمانداری نہ اسے یہ ہے کہ اگر آپ واقعی طور پر کسی شخص سے مل سکیں اور اس سے اپنا درد دل کہیں تو آپ کو بہت سکون اور اطمینان قلب حاصل ہوگا۔ اگر ایسا نہیں کر سکتے تو پھر اس انجمن کو کیوں نہیں سکتے؟

بوشن ڈسپنری کلاس کا اصول اوپر بیان کیا جا چکا ہے، لیکن یہاں کچھ اور اصول درج کئے جاتے ہیں جنہیں خانہ دار خواتین اپنے گھروں کی چار دیواری کے اندر استعمال کر سکتی ہیں۔
۱۔ فالو ان گیزر مطالعہ کے لئے ایک نوٹ بک رکھئے۔ آپ کو وہ رائل سٹوڈ

یہ ذاتی طور پر پر غور نہیں۔ مختصر دعائیں یا اقتباسات پل کر لی، آپ کے جذبات کو ابھاریا
 انہیں اس نوٹ جگہ میں درج کر لیجئے اور جب کسی روز آپ محسوس ادا داس ہوں تو آپ
 نے جو کچھ اس نوٹ تک میں لکھا تھا ہے اسے پڑھیے، اس سے آپ کو ایسا غم اور کد کا
 دور کرنے میں بخود ہی بہت مدد فرمے گی۔ پوسٹن ڈپنسری کے بہت سے مریض ایسی نوٹ
 لکھیں سالوں سے رکھتے چلے آ رہے ہیں۔ ان کا کہنا ہے کہ انہیں زبانی غذا چھڑاتی ہے۔
 ۲۔ دوسرے عمل کی غامیوں کو اتنی زیادہ اہمیت نہ دیجئے، یقیناً آپ کا شرعی مزاج
 اور غلطیوں سے پرہیز نہیں ہے! اگر وہ دیکھتا ہوتا تو وہ کبھی آپ سے شادی نہ کرتا، ٹھیک
 ہے نہ؟ کبھی کبھی کی بیوی بہت پریشان اور دھشت زدہ ہوتی جا رہی تھی۔ وہ ہر وقت اسے موت
 اور ڈانٹ ڈپٹ کرتی، اور اس میں نقصان کھاتی رہتی تھی۔ جب اس سے پوچھا گیا کہ اگر تمہارا
 شوہر مر جائے تو پھر کیا کرو گی؟ اس سے اس کے تصور سے ہی اس قدر صدمہ ہوتا کہ فوراً بیٹھ کر
 اور اپنے شوہر کی خوبوں کی ایک طویل فہرست لکھ ڈالی۔ جب آپ بھی اچھی بار محسوس کریں کہ
 آپ کی ہشامدی کسی ظالم اور بے رحم مرد سے ہو گئی ہے تو آپ بھی اس طریقے پر کیوں نہیں عمل
 کرتیں؟ ممکن ہے کہ اس کی خوبیوں کا مطالعہ کرنے کے بعد آپ اس نتیجے پر پہنچیں کہ وہ ایسا
 آدمی ہے جس سے لی کہ آپ کو خوشی ہوگی!

۳۔ اپنے پڑوسیوں میں دلچسپی لیجئے، جو لوگ آپ کے محلے کی زندگی کے رُخ وال
 ہیں ان کے ساتھ دوستانہ اور فیاضانہ سلوک لیجئے۔ ایک بار عورت جو اپنے آپ کو اس
 قدر تنہا محسوس کرتی تھی کہ اس کا کوئی دوست نہیں ہے، اسی سے کہا گیا کہ اچھی بات آپ کو
 جو شخص ملے اس کے متعلق کہانی گھڑنے کی کوشش کیجئے! وہ اپنے محلے کے جن لوگوں سے
 ملی تھی ان کے متعلق کہانی کا پس منظر اور ترتیب تیار کرنے لگی۔ اس نے یہ تصور کرنے کی کوشش
 کی کہ ان کی زندگیاں کیسی ہوں گی۔ یہ تو آپ سمجھ ہی گئے ہوں گے کہ اس نے سب سے پہلا کام
 یہ کیا کہ وہ جہاں کہیں بھی دوسرے لوگوں سے ملے۔ ان سے باتیں کرنے لگتی۔ اور

آج نہ صرف اس کی تکلیفوں کا علاج ہو چکا ہے بلکہ وہ خوش باش، چست و چالاک اور مکمل انسانی شخصیت ہے۔

۴۔ رات کو سونے سے پہلے اگلے روز کا پروگرام بنالیں۔ بوسن ڈسپنری کلاس میں معلوم ہوا کہ بہت سی خانہ دار خواتین گھر، نوکام کالج کے غیر مختتم پیکر سے پریشان اور شکستہ حال رہتی ہیں۔ ان کا کام کبھی ختم ہونے کا نام ہی نہیں لیتا وقت کا احساس نہ رکھتی ہیں۔ پراسرار رہتا ہے۔ پریشانی اور محنت کے احساس کو دور کرنے کے لئے یہ تجویز پیش کی گئی کہ وہ رات کو سونے سے پہلے اگلے روز کا پروگرام بنالیا کر سی نتیجہ کیا نکلا؟ کام زیادہ ہونے لگا۔ ضرورت کی تلاش کرنے اور خوبصورت بننے کے لئے وہ یہ تھوڑا بہت وقت ضرور نکالنا چاہیے۔ میرا ذاتی خیال ہے کہ جب کسی عورت کو یہ احساس ہوتا ہے کہ وہ

خوبصورت نظر آ رہی ہے تو اسے اعصاب کے ساتھ بہت کم تعلق رہ جاتا ہے۔ مسکندگی اور سخی۔ کشیدگی اور تنگی سے گریز کیجئے۔ آرام کیجئے، آرام کیجئے!

کشیدگی اور تنگی آپ کو قبل از وقت بوڑھا بنا دینے، آپ کی تازگی، حسن اور لطافت کو ناکارہ دیتے ہیں۔ میری شریک کار بوسن ڈسپنری کلاس میں موجود تھی اور میری فیئر پالی۔ اچھا۔ جاسن آرام و سکون کے اصولوں کی تشریح کر رہے تھے۔ جن کا میں پہلے زکر کر چکا ہوں۔ وہ منٹ بہت آرام و سکون لی یہ ورزشیں کرنے کے بعد میری شریک کار اپنی کمری پر بیٹھی بیٹھی تقریباً سو گئی! اس حجابی آرام پر اتنا زور کیوں دیا جاتا ہے؟ کیونکہ ڈاکٹر جانتے ہیں کہ لوگوں کے دماغوں سے پریشانی کے خیالات دور کرنے کے لئے ضروری ہے کہ وہ آرام اور تفریح کریں۔

چونکہ آپ نہانہ دار خاتون کی حیثیت سے آرام کریں گی، آپ کو ایک بڑی سہولت حاصل ہے۔ آپ جب چاہیں لیٹ سکتے ہیں اور آپ فرش پر بھی لیٹ سکتی ہیں! یہ بہت

معلوم تو عجیب ہوگا لیکن حقیقت ہے کہ آرام کے لئے مفت فرش پیرنگوں والے بستر کی نسبت بہتر ہے یہ زیادہ مہافت پیدا کرتا ہے اور ریڑھ کے لئے بہت سودمند ہے۔
ذیل میں ورزش کے کچھ طریقے درج کئے جاتے ہیں، انہیں ایک ہفتہ تک آسانیاں اور دیکھئے کہ میرا آپ کے لئے کیا کرتے ہیں۔

۱۔ جب کبھی آپ مکان مصلوں کریں فرش پر سیر سے لیٹ جائیے، جن قدر ہو سکے اپنے آپ کو کھینچئے، اگر جاہیں تو لوٹ بھی لگا سکتے ہیں یہ روزانہ دو بار کھینچئے۔
ب۔ اپنی آنکھیں بند کر لیجئے جیسا کہ پروفیسر جانسن تجویز کرتے ہیں۔ اپنے آپ سے کچھ اس قسم کے جلسے کرنے کی کوشش کیجئے، سر پر پورچ چمک رہا ہے آسان صاف ٹھکان قمری اور درخشاں ہے، فطرت خاموش ہے اور دنیا پر رعنائی بھائی ہوئی ہے اور اس فطرت کی بیٹی کی حیثیت سے کائنات کے ساتھ آم جٹا ہوں، یا اس سے بہتر یہ ہے کہ دعا مانگئے:

ج۔ چونکہ ہانڈی چوٹھے پر پڑھی ہوئی ہے اور آپ کے پاس آسان دقت نہیں کہ فرش پر لوٹ لگائیں تو کسی بیہوشی اور غت کرسی پر لیٹنے سے بھی وہی مطلب مل سکتا ہے۔ معری جسم کی طرح کرسی پر بالکل سیر سے جھٹ جائیے، پتھیلیوں کو اپنی رانوں کے سرور پر چھوڑ دیکھئے اور ہاتھوں کو آرام کرنے دیجئے۔

د۔ اب آہستہ آہستہ پاؤں کی انگلیوں کو اکڑائیے۔ پھر انہیں آرام کرنے دیجئے اپنی ٹانگوں کے اعصاب کو اکڑائیے۔ اور انہیں بھی آرام کرنے دیجئے۔ یہی عمل اور پرکھ طرف اپنے جسم کے سارے اعصاب کے ساتھ دہرائیے یہاں تک کہ آپ گزروں تک پہنچ جائیں۔ پھر اپنے سر کو تیزی سے اوجھڑا دھڑکائیے جیسے یہ نمی کوئی فٹ بال ہو، اپنے اعصاب سے کہتے جاتے دیکھئے باب یں جیسے کہا تھا، پلو... پلو...۔

۸۔ یہ آہستہ آہستہ سانس کھینچ کر اپنے اعصاب کو تسکین پہنچائیے۔ نیچے سے خوب

گہرا سانس کھینچے۔

ہندوستان کے جوگی ٹھیک کہتے ہیں، اعضاء کو تسکین پہنچانے کے لئے موزوں اور
نسب طریقے سے سانس نکالنا ایک بہترین دریافت شدہ طریقہ ہے

۹۔ اپنے چہرے کی بھریوں اور سلوٹوں کے متعلق سوچئے اور ان سب کو تسکین پہنچانے
کی کوشش کیجئے۔ اپنی بھنودوں اور منہ کے کناروں پر پریشانی اور اضطراب کی تسکینیں
محسوس کریں، انھیں ڈھیلے کرنے کی کوشش کیجئے۔ روزانہ دو دفعہ یہ عمل دہرائیے اور مگر
کہ آپ کو باتش کرانے کے لئے تسکینی حس کدے میں جانے کی ضرورت ہی نہ پڑے ممکن ہے
کہ تسکینیں اندر باہر سے بالکل معدوم ہو جائیں!

باب ۲:۔ چار مفید عاداتیں

۱۔ اپنی میز پر صرف وہی کاغذات رکھیے جو فوری توجہ کے مستحق ہوں

اور غیر ضروری چیزیں اکٹھا نہ کیجئے۔

رولینڈ۔ ای۔ ڈیمز پریذیڈنٹ ساکراگو اینڈ نارٹھ ویسٹرن ریلوے کہتے ہیں: ”اگر کوئی

شخص اپنی میز کو فوری توجہ کے مستحق کاغذات کے سوا باقی غیر ضروری چیزیں نہ رکھے

سے صاف کر دے۔ تو اس کا کام بہت آسان اور لکھنا ہو جائیگا۔ میں اسے سیکھ چکا ہوں

کہتا ہوں۔ یہ اچھی کارگزاری کی طرف پہلا قدم ہے۔“

اگر آپ بھی دانتیں میں کانٹیں کی لاٹھری میں جائیں تو آپ کو چھت پرانگیزی

خاموشی پڑے پانچ الفاظ سنو تو نظر آسکیں گے۔

ترتیب کائنات کا پہلا اصول ہے۔

کارہار کا بھی پہلا اصول ترتیب ہی ہونا چاہئے۔ لیکن کیا ایسا ہے؟ ایک عام تاجر کی میز پر اتنے کاغذات کا انبار لگا ہوا ہوتا ہے۔ جو اس نے کئی ہفتوں سے نہیں دیکھے ہوتے۔ رینو اور لینز کے ایک پبلشر نے مجھے بتایا کہ ”میرے سیکریٹری نے ایک روز میرے صاف کی ادر اسے وہاں سے ایک ٹائپ رائٹر کا سو دو سال سے نائب تھا؟“

جواب نہ دیئے ہوئے خطوط، رپورٹوں اور رسیدوں سے آتی ہوئی میز کا نظارہ بھی پریشان کن، الجھنیں، کشیدگی اور جذباتی کھنچاؤ پیدا کرنے کے لئے کافی ہے بلکہ اس سے بھی بدتر۔ سلسلہ یاد دہانی کے ہزاروں کام پڑے ہوئے ہیں اور انہیں کرنے کے لئے کوئی وقت نہیں۔ آپ کو پریشان کر کے نہ صرف جذباتی الجھنوں اور نجان کا سبب بن سکتی ہے بلکہ آپ کو خون کے دباؤ، اختلاج قلب اور معدے کے ناسوروں میں بھی مبتلا کر سکتی ہے۔

ڈاکٹر جان ایچ۔ ٹکس پر وفسیر کیمبرج کالج آف میڈیسن، ہنسلوینا یونیورسٹی نے دھاتھانیو رائس — نامہاتی مرض کی پیچیدگیوں کی حیثیت سے — ”امریجن میڈیکل ایسوسی ایشن کی نیشنل کنفرنس“ کے سامنے ایک مقالہ پڑھا۔ اس مقالے میں انہوں نے مرض کی حالت میں کیا کرنا چاہیے؟ کے عنوان کے تحت گیارہ شرطیں گنوائیں۔ اس فہرست کی پہلی شرط یہ ہے۔

”فرض یا ذمہ داری کا احساس اپنے سامنے ان چیزوں کا غیر ختم سلسلہ جنہیں پھر طور تکمیل تک پہنچانا ہے۔“

لیکن اپنی میز کو صاف کرنے اور کوئی پروگرام بنانے کی ابتدائی کارروائی آپ کو ”فرض یا ذمہ داری کے احساس“ اپنے سامنے چیزوں کا غیر ختم سلسلہ جنہیں پھر طور تکمیل تک پہنچانا ہے۔ سے گریز کرنے میں آپ کی کیسے مدد کر سکتی ہے؟ علم امراراض انفس کا مشہور ماہر ڈاکٹر ویم۔ ایل۔ بیڈراک ایک مضمون کا ذکر کرتا ہے۔ جس نے اس سادے مشورے پر عمل کر کے اعصابی شکست کو مائل دیا۔ ”وہ شخص شاکاگو کی ایک بڑی کاروباری فزم کا منتظم

تھا۔ وہ ایک روز ڈاکٹر سید لڑکے پاس آیا۔ وہ بہت پریشان، مضطرب اور اعصاب زدہ نظر آتا تھا۔ وہ جانتا تھا کہ وہ اعصابی شکست کی طرف جا رہا ہے لیکن وہ کام بھی نہیں چھوڑ سکتا تھا وہ روپاٹ تھا۔

”بب شیفس مجھے اپنی کہانی سن رہا تھا۔ سید لڑکے کا ہے سیلیفون کی گھنٹی بجی آواز ہسپتال سے آرہی تھی۔ ماما کے کوٹھی کرنے کے بجائے میں نے اسے اسی وقت بٹا دیا کیونکہ سخت الامکان میں اپنے امور کو وقت پر کرنے کا عادی ہوں۔ ابھی میں نے ریسور رکھا ہی تھا کہ گھنٹی بجی اس وقت بھی معاملہ فوری تھا۔ اور میں پھر بات کرنے لگا۔ تیسری مداخلت اس وقت ہوئی جب میرا ایک رفیق کا ایک مریض کے متعلق مشورہ لینے آیا تھا۔ جس کی حالت بہت نازک تھی۔ جب میں اس سے نہیٹ چکا، میں اپنے ملاقاتی کی طرف متوجہ ہوا۔ اور اس نے زحمت اٹھ کر کھینچنے کی مدد فرمائی۔ اس کے برعکس اس کا چہرہ چمک رہا تھا اور اس پر بالکل ہی مختلف قسم کا اظہار تھا۔“

”ڈاکٹر صاحب، مدافعی مانگ کر مجھے شرمندہ نہ کیجئے تاکہ شخص نے ڈاکٹر سید لڑکے سے کہا۔ میرا خیال ہے کہ میں ان دن منٹوں میں کچھ گیا ہوں کہ میرے اندر خرابی کیا ہے۔ میں اپنے دفتر واپس جا رہا ہوں اور اپنے طریق کار پر نظر ثانی کروں گا۔۔۔۔۔ لیکن جانے سے پہلے میں آپ کی میز دیکھنا چاہتا ہوں۔ آپ برا تو نہیں مانیں گے؟“

ڈاکٹر سید لڑکے نے اپنی میز کی دراز میں کھول دیں۔ سیلابی کے خطوط کے سوا وہاں کچھ بھی نہیں تھا۔ عید تو بتائیے۔ ”مریض نے دیکھ کر کہا۔ آپ اپنی غیر معمولی چیزیں کہاں رکھتے ہیں؟“

”بالکل ختم! ڈاکٹر سید لڑکے نے جواب دیا۔

”اور جن خطوط کا جواب نہیں دے سکتے انہیں کہاں رکھتے ہیں؟“

”بھئی، جواب دے دیتا ہوں! ڈاکٹر سید لڑکے نے اسے بتایا کہ ”میرا برا اصول ہے کہ کسی کسی

ایسے خط کو نہیں رکھتا تھا جس کا جواب نہ دے لوں۔ میں فوراً اپنے سیکرٹری کو جواب لکھا دیتا ہوں۔
 پچھ ہفتوں کے بعد اس شخص نے ڈاکٹر ٹیلر کو اپنے دفتر میں آنے کا دعوت دی۔ وہ بدل چکا تھا، اور یہی حال اس کی میز کا تھا، اس نے اپنی میز کی درازی کھول کر دکھائی ان کے اندر کوئی غیر مکمل چیز نہیں تھی۔ چھ ہفتے ہوئے اس شخص نے کہا میرے دو مختلف دفتر، میں چھ مختلف میز پر تھیں اور وہ سب کی سب غیر مکمل کام سے الٹی پڑی تھیں آپ سے ملنے کے بعد میں یہاں آیا اور انہیں رپورٹوں اور پرائے کاغذوں کے انبار سے مٹا کر دیا۔ اب یہی ایک میز پر کام کرتا ہوں، ہوں ہوں کام آتا جاتا ہے۔ میں اسے نپٹا جاتا ہوں اور اسے جمع ہونے نہیں دیتا کہ دو مجھے پریشان اور مضطرب کرتا رہے لیکن سب سے تعجب خیز بات ہے کہ میں بالکل صحت یاب ہو گیا ہوں۔ میری صحت میں اب کسی قسم کی ترقی نہیں ہے۔

امریکہ کی سپریم کورٹ کے سابق چیف جسٹس چارلس ایونز سہار کے الفاظ میں زیادہ کام کرنے سے اتنے لوگ نہیں مرتے جتنے انتشار، پرانہ گی اور پریشانی سے مرتے ہیں۔ ہاں اپنی پرانہ قوتوں اور مضامین کا وجہ سے، کیونکہ انہیں کام کبھی ختم ہونا نظر نہیں آتا۔ ۲۔ کاموں کو ان کی اہمیت کی ترتیب سے سمجھئے۔

مکالمہ گیارہ سو دس کے رانی سنری۔ ایل ڈو فرنی کہا کرتے تھے۔ مجھے یہ پڑا انہیں کہ مجھے امیدواروں کو کیا تنخواہ دینی پڑے گی لیکن میں دو ملاہیتوں کا ہونا نہایت ضروری سمجھتا ہوں۔

دو ملاہیتیں یہ ہیں۔ اول سوچنے کی صلاحیت - دوم کاموں کو ان کی اہمیت سے ترتیب سے کرنے کی صلاحیت۔

چارلس لٹمان نے بالکل اولیٰ حیثیت سے اپنا زندگی کا آغاز کیا۔ بارہ سال کے عمر

وہ پیپ کا ڈنٹ ٹکینی کے پریذیڈنٹ بن گئے۔ ان کی سارا نہ تنخواہ ایک لاکھ ڈالر تھی اور اس کے علاوہ دس لاکھ ڈالر ان کی الگ کمائی تھی۔ وہ کہتے ہیں کہ میری کامیابی کی سب سے بڑی وجہ یہ ہے کہ میں اپنے اندر ان صلاحیتوں کو جلا دینے کی کوشش کی جنہیں ہنری ایلی ڈورفل اس قدر ناگزیر سمجھتے تھے۔ وہ آگے بڑھ کر کہتے ہیں "چھل تک مجھے یاد ہے۔ میں ہمیشہ پانچ بجے صبح اٹھنے کا عادی ہوں کیونکہ اس وقت کسی دوسرے وقت کی نسبت میں زیادہ اچھی طرح سوچ سکتا ہوں۔ زیادہ اچھی طرح سوچ سکتا ہوں۔ ان کا پروگرام اور کاموں کو ان کی اہمیت کی ترتیب سے کرنے کا منصوبہ بنا سکتا ہوں۔"

امریکہ کا ایک انتہائی کامیاب بیمہ فروش فریکلین میگر اپنا دن کا پروگرام بنانے کے لئے پانچ بجے صبح کا انتہائی سب سے کڑا۔ وہ رات ہی کو سوچ لیتا ہے کہ اگلے دن کیا کرنا ہے، کوئی منزل تک پہنچنا ہے، کتنی رقم کی پالیسیاں بیچنی ہیں، اگر وہ مطلوبہ رقم کی منزل تک نہ پہنچ سکے۔ تو اسے اگلے دن میں جمع کر دیا جاتا ہے۔ اور عین اہمیت پر۔

یہ طویل تجربے کی بنا پر چاہتا ہوں کہ ہر شخص ہمیشہ کاموں کو ان کی اہمیت کی ترتیب کے مطابق نہیں کر سکتا۔ لیکن میں اتنا ذوق سے کہہ سکتا ہوں کہ بہت بہتر ہے کہ کام کرنے سے پہلے پروگرام بنالیا جائے، بہ نسبت اس کے کہ آپ کام میں بھی جیسے ہوئے ہوں اور فی البدیہہ پروگرام بھی بنا رہے ہوں۔

اگر ہمارے روزانہ اس سخت اصول کو نہ اپنائے تو دین کاموں کو اولیٰی فرمیت ہی کر دو۔ تو شدیدہ مصنف کی حیثیت سے نام نہان رہتے اور ساری زندگی کے صرف خود اپنی ہی رہتے۔ انہوں نے روزانہ پانچ صفحے لکھنے کا منصوبہ بنایا تھا۔ اس منصوبے اور اس منصوبے پر عمل کرنے کے خورم میم نے انہیں کامیابی کی منزل پر پہنچایا۔ اس منصوبے نے انہیں ذہل شکن سالوں تک پانچ صفحے روزانہ لکھنے پر آمادہ کیا۔ اگرچہ ان نوسالوں میں انہوں نے صرف تیس ڈالر کمائے۔ تقریباً ایک ہنس روزانہ۔

۱۲۔ جب آپ کو کوئی مسئلہ پیش آئے، اور آپ کے پاس فیصلہ کرنے کے لئے فوری حقائق ہوں تو اس کا وہیں اور اُسی وقت فیصلہ کیجئے، فیصلوں کو تعویق میں مت ڈالئے۔

میرے ایک سابق طالب علم، آنجنابی بیچ، پی ہورل نے مجھے بتایا کہ "جب میں یو۔ ایس۔ شیل کے ڈائرکٹروں کا بورڈ کارکن تھا، بورڈ کے جلسے عموماً بہت طویل طویل ہوتے تھے بہت سے مسائل کے متعلق بحث کی جاتی لیکن کچھ بہت کم جانا اور نتیجہ یہ ہوتا کہ بورڈ کے ارکان کو رپورٹوں کے پسند سے گھرے جانے پڑتے تاکہ وہ ان کا مطالعہ کر سکیں۔" آخر کار مٹر ہورل نے بورڈ کے ممبروں کو آمادہ کر لیا کہ ایک وقت میں ایک ہی مسئلے پر بحث کی جائے اور اس کے متعلق کسی فیصلے پر پہنچا جائے اس معاملے میں تعویق بہت خیر، البتہ کچھ نہیں ہو سکتا۔ بے شک یہ فیصلہ کیا جائے کہ مزید حقائق جمع کئے جائیں، یا یہ کہ اس کام کو کیا جائے یا نہ کیا جائے لیکن فیصلہ ضرور کیا جائے انہوں نے یہ بات مان لی اور کسی دہرے سے کچھ ٹرنے سے پہلے ایک سلسلے کے فیصلہ ہونے لگا یا اس کا نتیجہ یہ ہوا کہ کام بہت جلد نظر آنے لگا کیلنڈر صاف ہو گیا۔ اب ممبروں کے لئے یہ فوری نہ رہا کہ وہ رپورٹوں کے انبار اٹھا کر گھر لے جائیں جن چیزوں کے متعلق فیصلہ نہیں ہوتا تھا ان پر پریشان ہونے کی ضرورت نہیں تھی۔

یہ اصول نہ صرف یو۔ ایس۔ شیل کے ڈائرکٹروں کے لئے اچھا ہے بلکہ میرے اور آپ کے لئے بھی۔

۴۔ تنظیم، مجروسہ اور نگرانی کرنا سیکھئے۔

بہت سے تاجر بول اندر وقت موت کا شکار ہو جاتے، یہ کیونکہ انہوں نے دوسروں کو ذمہ داریاں سونپنے کا کمن نہیں کیا ہوتا۔ وہ ہر کام خود ہی کرنے پر آمرا کرتے ہیں۔ ان کا انجام؟ تھکاوٹ اور انتشار ان پر حاوی ہو جاتے ہیں، وہ عجلت، پریشانی، تڑپ اور

جذباتی کشمکش کے احساس سے مغلوب ہو جاتے ہیں، دوسروں کو ذمہ داریاں سونپنے نہیں
 یکساں بہت شکل ہے، میں جانتا ہوں کیونکہ خود میرے لئے یہ مشکل تھا بہت مشکل غلط قسم کے
 لوگوں کو ذمہ داریاں اور اختیارات سونپنے سے مجھ سے متعلق ظاہر ہوتے ہیں، مجھے ان
 کا تجربہ ہو چکا ہے لیکن اگر کوئی کاروباری منظم مکان، پریشانیوں اور جذباتی کشمکشوں سے
 محفوظ رہنا چاہتا ہے تو اسے اختیارات دوسروں کو دینے ہی پڑتے ہیں، خواہ وہ کتنے
 ہی شخص (اور اہم کیوں نہ ہوں)۔

جو شخص ایک وسیع کاروبار قائم کر رہا ہے لیکن تنہا، بھروسہ اور نگرانی کرنا نہیں جانتا
 وہ عموماً پچاس پچیس سال کی عمر میں اختلاجِ قلب میں مبتلا ہو جاتا ہے، پریشانیاں اور
 افکار اس کو کھٹا کھٹا کر اندر سے کھکھک کر دیتی ہیں اور وہ رفتہ رفتہ حسرتناک موت کی
 آغوش میں چلا جاتا ہے۔ آپ کو کوئی مخصوص مثال چاہیے؟ اپنے مقامی اخبار میں اموات
 کی خبریں پڑھیے۔ آپ کو یقین آجائے گا۔

باب ۲:- بوریٹ

تھکن کی ایک بڑی وجہ بوریٹ ہے اس کی وضاحت کے لئے ہم سینئر گرافواٹس کی
 مثال لیتے ہیں جو آپ کی گلی میں رہتی ہے۔ اسے ایک روز تھکن سے پوریہ ہو کر گھر پہنچی
 اس کے جوڑے کے تھکاوٹ کے آثار ہو پیدا تھے اور وہ فی الواقع تھکی ہوئی تھی
 اس کے سر میں درد ہو رہا تھا اس کی گرد کھ رہی تھی، وہ اس قدر تھکی ہوئی تھی کہ کھانے
 کا انتظار کئے بغیر سو جانا پڑا تھی۔ اپنی ماں کی التجا پر وہ کرسی پر بیٹھ گئی۔ اسے جی

طیفون کی گھسی بجی۔ کوئی دوست لڑکا! رقص پر جانے کی دعوت! اس کی آنکھیں چمکے لگیں! اس کی روح بلند یوں پر پرواز کرنے لگی! وہ مجھ سے اپنے کمرے میں گئی، اپنا بہترین نیلا گاؤن پہنا اور تین بجے صبح تک ناچتی رہی جب آخراً گھر پہنچی تو وہ ذرا بھی تھکن محسوس نہیں کر رہی تھی۔ فی الواقع وہ اس قدر کشفیت اور سرور تھی کہ اسے اپنی آنکھوں میں زندگی محسوس نہیں ہو رہی تھی۔

آٹھ گھنٹے پہلے جب الائنس تھک چکی تھی اور اس کی بات بات سے تھکن کا اظہار ہوتا تھا۔ کیا وہ تھکی ہوئی تھی؟ ہاں وہ تھکی ہوئی تھی کیونکہ وہ اپنے کام سے بور ہو چکی تھی اور شاید زندگی سے بھی لاکھوں ہزاروں ایسی الائنس اور میں اور انھیں میں نے آپ بھی تک ہوسکتی ہیں۔ یہ ایک محدود حقیقت ہے کہ جذباتی شقت کی بجائے تھکن پیدا کرنے میں عام طور پر جذباتی

رویے کا زیادہ ہاتھ ہوتا ہے چند سال ہوئے ڈاکٹر جوزف ای۔ ہارمیک۔ پی۔ ایچ ڈی نے "نفسیاتی دستاویزات" میں اپنے تجربات کی روشنی میں بتایا گیا تھا کہ بورت کیے تھکن پیدا کرتی ہے۔ ڈاکٹر ہارمیک نے طالب علموں کے ایک گروہ پر کچھ تجربے کئے ہیں کے متعلق وہ جانتا تھا کہ انھیں ان تجربوں سے کوئی دلچسپی نہیں ہوگی۔ نتیجہ؟ طالب علموں نے تھکن اور خمار محسوس کیا۔ سرور و چڑچڑاہٹ پن اور آنکھوں کے بوجھل ہونے کی شراکت کی۔

بعض حالتوں میں تو ان کے ہاتھ بھی خواب ہو گئے۔ کیا یہ سب کچھ "تخیل" تھا؟ نہیں۔ ان طلباء کے استحقاق ٹسٹ طے کئے۔ ان ٹسٹوں نے یہ ثابت کیا کہ جب کوئی شخص بور ہو جائے تو جسم کے خون کا دباؤ اور آکسیجن کا صرف فی الواقع گھٹ جاتا ہے اور چونکہ وہ شخص اپنے کام میں دلچسپی اور لطف محسوس کرنے لگے، سارا استحصال فی الفور اپنا کام شروع کر دیتا ہے

جب ہم کوئی دلچسپ اور سنسنی خیز کام کر رہے ہوتے، یہ ہم شادی تھاواٹ محسوس

کرتے ہیں۔ میں نے حال ہی میں کینیڈا کی چٹانوں میں پھیلے ہوئے میسی کے گرد و نواح اپنی چھٹیاں
منٹیں۔ میں کئی روز تک کوئلہ کی کھدائی کے کنارے ٹراوٹ پھیلیاں پکڑتا رہا۔ میرے سر
کے ساتھ اونچی اونچی جھڑیاں نکھڑائیں۔ میں مکڑیوں کے گھٹنوں کے ساتھ ٹھکڑے کرکٹ کھاتا
گھاس پھوس اور پتھروں کے ساتھ جدوجہد کرتا۔ لیکن آٹھ آٹھ گھنٹوں کے بعد بھی نہ
تھکاتا کیوں؟ اسی لئے کہ میرے جذبات میں ہلچل مچی ہوتی تھی اور میری روش شگفتگی کے
احساس سے معمور ہوتی تھی۔ مجھے ایک اعلیٰ کامیابی۔ چھ کٹ تھروٹ ٹراوٹ پکڑنے کا
احساس ہوتا تھا لیکن فرض کیجئے کہ میں پھیلیاں پکڑتے پکڑتے بور ہو جاتا۔ پھر آپ کے خیال میں
میرے حالات کیسی ہوتی؟ سات ہزار فٹ کی بلندی پر میں اتنی مشقت کے کام سے تھک کر چور ہو جاتا۔
کوہ پیرانی جیسی تھکا دینے والی سرگرمیوں میں ابھی بوریت آپ کو کھت کام کے کہیں زیادہ
تھکا کئی۔ مشراج۔ اس سنگ میں پریڈیٹنٹ فارمرز اینڈ ہیکٹیس سینیٹر بن گئے۔
ایپریل میں مجھے ایک واقعہ سنایا جو اس بیان کی مستقل تفسیر ہے۔ جولائی ۱۹۶۲ء میں
حکومت کینیڈا نے کینیڈا کی الپائن کلب سے کہا کہ وہ ہزاروں ویز کی فوج کے ارکان کو کوٹہ پائی
کا تربیت دینے کے لئے رہنا چاہیے۔ ان سپاہیوں کو تربیت دینے کے لئے جو رہنا
منتخب کئے گئے۔ ان میں سٹرنگ میں بھی شامل تھے۔ یہ سب رہنا نہیں۔ یہ سٹرنگ
کے پیٹے میں تھے۔ رہنا تو وہ پہاڑی کرتے کرتے ان نوجوان فوجیوں کو گلیشیئروں اور برف کے
میدانوں سے دوڑ چاہیں فٹ کی ایک صاف عمودی چٹان پر سے گئے جہاں انہیں سر ہلاؤ
رکھنے کے پیچھے چھوٹے اور ہاتھ نکالنے کے خطرناک سوراخوں کی مدد سے چڑھنا تھا
وہ کینیڈا کی چٹانوں میں پہل کی چوٹی وائس پریڈیٹنٹ کی چوٹی اور سٹرنگ بوہوادی کی بڑی چوٹی
پر چڑھے پندرہ گھنٹے کی کوہ پیما کے بعد یہ نوجوان جو زمانہ شباب سے گزر رہے تھے
داہر اٹھوں نے انہیں ابھی چھ ہفتے کی جان توڑ فوجی تربیت کا کورس ختم کیا تھا۔ کھٹے سے چوچ

سٹراوٹ ایک قسم کی مچھلی ہے جو میٹے پانی میں پائی جاتی ہے اور جس کا گوشت بہت لذیذ ہے۔

ہو چکے تھے۔

کیا ان کی تکان کی وجہ یہ ہے کہ انہوں نے ان اعضاء کو استعمال کیا جو فوجی تربیت نصحت نہیں ہوئے تھے؟ کوئی شخص بھی جو تھوڑی بہت فوجی تربیت حاصل کر چکا ہو ان کی وہ سوال نامہ انا اڑائے گا، وہ تنکن سس اس لے چور ہوئے تھے۔ کہ وہ کوہ پیما سے دوسرے چلے گئے۔ وہ اس قدر تھک گئے تھے کہ ان میں سے اکثر تو کھانے کا بھی انتہا کر کے بغیر ہی سو گئے، لیکن بہما۔ جوان خوبیوں سے دکنی دکنی تلخی تلخی ٹرکے تھے، کیا وہ بھی تھک گئے تھے؟ ہاں، لیکن تھک کر چور نہیں ہوئے تھے۔ ان رہنماؤں نے پیٹ بھر کر کھانا کھایا اور گھنٹوں دن کے تجربوں کے متعلق باتیں کرتے جاتے رہے۔ وہ چور نہیں ہوئے تھے کیونکہ انہیں کوہ پیما میں دھکی تھی انہیں اپنے نام میں لطف آ رہا تھا:

جب ڈاکٹر ایڈورڈ تھارن ڈانک پر فیسر کو لمبیا یونیورسٹی تھکن پر توجہ کر رہے تھے، انھوں نے کچھ جوانوں کو مختلف لمبھیوں میں مشغول رکھ کر تقریباً ایک سفتے تک بیدار رکھا کافی تحقیق و تفتیش اور چھان بین کے بعد ڈاکٹر تھارن ڈانک نے رپورٹ پیش کی کہ کام میں لے جانے کی حقیقی وجہ پوریت ہے۔

اگر آپ کا کام دماغی نوعیت کا ہے تو ایسا شادی ہوتا ہے کہ کام کی جتنی مقدار آپ سرانجام دیں وہ آپ کو کھانا دے بلکہ جو کام آپ نے نہیں کیا، وہ بھی آپ کو کھانا دے ہے مثلاً پچھلے سفتے کا وہ دن یاد لیجئے جب بار بار آپ کے کام میں یہ غفلت کی تھی آپ نے خط کہ جواب نہ دے سکتا تھوڑے ملاقاتوں کے لئے وقت نہ نکال سکتے۔ اور بھی مصیبت اور بھی مصیبت۔ اس دن ہر چیز خراب رہی آپ کسی کام کو بھی پٹانہ نہ سکے پھر بھی آپ تھکاؤ سے چور ہو کر گھر پہنچے۔ آپ کا سر درد سے پھٹا جا رہا تھا۔

اٹھ رہے دفتر میں ہر چیز ٹھیک ٹھاک رہی۔ آپ نے گذشتہ دن کی نسبت چائیں گنا زیادہ کام کیا۔ پھر بھی آپ تازہ اور سکھتے تھے جیسے غید گل۔ آپ کو بھی تجربہ ہو چکا ہے اور

مجھے بھی!

بھرتیجو کیا مٹلا، صرف یہی کہ اکثر اوقات کام کی زیادتی نہیں کہہ پریشانی تلخی اور انتشار میں مبتلا دیتے ہیں۔

اس بات کو کہتے تھے یہ ایک دلچسپ سرسختی سے لبریز و جد آدر کا میڈی دیکھنے چلا گیا جس کی کہانی جیروم کے ناول "مناشی مناشی" پر مبنی تھی۔ اس میں کانن جوہم "جانہ کاکینان" اینڈی اپنی ایک فلسفیانہ گفتگو میں سنا ہے خوش قسمت ہیں وہ لوگ جو وہ کام کرتے ہیں جو ان کی طبیعت کے موافق ہو۔ ایسے لوگ خوش قسمت ہیں کیونکہ انھیں زیادہ قوت اور زیادہ خوشی میسر ہے اور کم پریشانی اور کم تھکا رٹ، جہاں آپ کی دلچسپی سواوی آپ کی قوت سمجھ ہے۔ ایک جھگڑا والی بیوی کے ساتھ دس قدم بھی چلنا دانوانہ مجبور کے ساتھ دس میل کا چکر لگانے کی نسبت زیادہ تھکا رٹ پیدا کر دیتا ہے۔

ادھر پھر کیا ہے آپ اس کے متعلق کیا کر سکتے ہیں؟ ایک سینیوگراڈ نے اس کے متعلق جو کہ کیا وہ مندرجہ ذیل ہے: "سینیوگراڈ خراطہ۔" اوکھا ہالی کی ایک آمل کہیں اس کام کرتی تھی۔ بیسے کے بشیزہ فون میں اسے اپنا کام اتھائی غیر دلچسپ اور بے لطف محسوس ہوتا تھا۔ وہ کہتا تھا: "تیل کے ٹھیلوں کے مجموعہ فارم پر لکھنا اور ان میں انداز و شمار درج کرنا۔" پام اسے اس قدر ننگے محسوس ہوتا تھا کہ اس نے اسے دلچسپ بنانے کا تہہ کر لیا، کیسے؟ اسے ہر روز اپنے ساتھ جہد و جد کرنی پڑتی تھی۔ وہ ہر روز کی نیز ان جمع کرتی اور اسے ان کے زیر تہہ بنانے کی کوشش کرتی نتیجہ ہتھ رٹے ہی غریب میں وہ اپنی ڈورینک کی دوسری سینیوگراڈوں کی نسبت زیادہ دلچسپ نہ نام زیادہ تعداد میں برکٹے مٹی ماں سے اسے کیا لہے تعریف و تحسین؟ نہیں... شکریہ؟... ہیں... جوتی... نہیں تنخواہ میں اضافہ ہوا؟... نہیں۔ تو کچھ؟... اسی نے تھکا دے

در کر سنے میں اسے مدد کی جو کہ یوریت کی پیداوار ہوتی ہے۔ اسے ایک فزینی مژدہ اور تلف محسوس ہونے لگا۔ چونکہ اس سنا ہے غیر دلچسپ کام کو دلچسپ بنانے کے لئے کافی

محنت کی تھی اس کے اندر زیادہ قوت اور زیادہ جوش و خروش پیدا ہو گیا اور اپنے تفریح کے اوقات میں اسے اور بھی خوشی اور لطف آنے لگا۔ یہ جانتا ہوں کہ یہ کہانی بکلی ہوگی۔ کیونکہ میں نے اسی لڑکی کے ساتھ شادی کی تھی۔

مندرجہ ذیل ایک ٹینوگرافز کی کہانی ہے جس نے دیکھا کہ اگر وہ اس طرح کام کرے گویا کہ اس کا کام بہت دلچسپ ہے تو اس میں اسے بڑی آسانی رہتی ہے۔ وہ اپنے کام سے نہ دیر نہ اٹھا کرتی تھی لیکن اب اسے ایسا کرنے کی ضرورت نہیں اس کا نام اس دہلی جی۔گورڈن ہے۔ اور اس کا سر دھتکہ کینل ورتھ ایونیو ایلمینٹل سٹرائیڈ نوائی اپریل تھی ہے اس نے اپنی جو کہانی لکھی کہ مجھے کبھی تھی وہ مندرجہ ذیل ہے۔

”ہمارے دفتر میں چار ٹینوگرافز ہیں اور ہر ایک کے ذمے کئی آدمیوں سے خطوط وصول کرنے کا کام لگایا ہوا ہے۔ یعنی اوقات تو ہم ان ذمہ داریوں سے بالکل بیزار ہو جاتے ہیں پھر ایک سوز ایک ٹیکے کے نائب اٹھنے نے مجھ سے امر لیا کہ میں ایک طویل خط دوبارہ ٹاپ کر دین میں نجات دہانے لگی۔ میں نے اسے سمجھانے کی کوشش کی کہ خط دوبارہ ٹاپ کے بغیر بھی درست کیا جاسکتا ہے لیکن وہ اپنی ضد پر اڑا رہا تھا اور مجھے تنگی بہتر کی جواب دیا کہ اگر تم نے اسے ٹاپ نہ کیا تو میں کی اور کو تھائی زبوں کا حوالے ٹاپ کر سکے! مجھے بڑا غصہ آیا۔ لیکن میں خط دوبارہ ٹاپ کرنے لگی۔ اچانک مجھے خیال آیا کہ جو کام میں کر رہی ہوں سوٹ لگتے ہیں اب یہ شہر اسے کرنے کے لئے دوڑ رہی ہے۔ پھر مجھے اس کام کی تنخواہ بھی ملتی رہے میں کچھ بہتر محسوس کرنے لگی اور آٹھ ٹاپ اپنے کام کو اس طرح سے کرنے کا حلیہ کیا گویا کہ فی الواقع مجھے اس کے کرنے میں بڑا لطف آتا ہے۔ اگرچہ مجھے اس سے نفرت تھی۔ جب میں نے ایم حقیقت دریافت کی کہ اگر میں اس طرح کام کروں جیسے فی الواقع مجھے اس کے کرنے میں لطف آتا ہے تو مجھے محسوس ہوا کہ حقیقتاً میں اس سے زیادہ نہیں تو تھوڑا بہت لطف ضروری حاصل کر سکتی ہوں اور یہ بھی مجھے معلوم ہوا کہ جب مجھے اپنے کام میں لطف آ رہا ہو میں اسے زیادہ تیزی کے ساتھ کر سکتی۔

ہوں اس لئے اب مجھے زائد وقت میں کام کرنے کی شادی ضرورت محسوس ہوتی تھی میرے اس
سنے رو دیتے سے بچنا تھا کام کرنے کی ضرورت حاصل ہو گئی اور جب ہمارے ایک شخص کے
پرنسپل کو ایک یا ٹیوٹریٹ سیکرٹری کی ضرورت پڑی تو اس نے مجھے اس اسامی کی
پیش کش کی۔ اس نے کہا: میں یہ اسامی اس لئے نہیں دے گا ہوں، کیونکہ تم بڑے تجربہ مند
کام کرنے کے لئے آادہ ہوا تبدیل شدہ ذہنی رویے کا قوت کا یہ معاملہ اس کو لکھن تھی
ہے تیسرے لئے ایک بے حد اہم دریافت ہے۔ اس نے مجھے دکھاتے ہیں!

شاید مس دلی کو لکھن کو علم نہیں کہ وہ گویا کو کے شہر فلسفے پر عمل کر رہی ہے شہر
بہر نفسیات و جسم میں اس طرح کام کرنے کا شورہ دیتا ہے گویا کہ ہمارے ہی، تو ہم ہمارے
بن جائیں گے، گویا کہ ہم خوش ہیں تو ہم خوش رہیں گے۔ وغیرہ۔

اگر آپ اس طرح کام کریں گے گویا کہ آپ کو اپنے کام سے دلچسپی ہے تو فی الواقع آپ
کا کام دلچسپ ہو جائے گا، یہ آپ کی تھکاوٹ، آپ کی جذباتی کشمکشوں اور آپ کی
پریشانیوں کو بھی دور کر دے گا۔

چند سال پہلے ہارلڈن نے ہارڈن نے ایک فیصلہ کیا جس نے اس کی زندگی کا
پہل کا پلٹ دی۔ اس نے ایک غیر دلچسپ تھا۔ دور کا بیاں دھوتا، کاؤنٹر تھا، ہائی
سکول کے پچھلے رہی میں جانا اور یہ کام اس وقت کرنے پڑتے، جب دوسرے لڑکے
یا تو گیند باکھیل رہے ہوتے یا لڑکیوں کو مچھانے دینے کی کوششوں میں مصروف ہوتے۔
ہارلڈن ہارڈن کو اپنے کام سے نفرت تھی لیکن چونکہ وہ اسے کرنے پر مجبور تھا، سزا کا کیا کرتا
آخر ایک روز اس نے اس کیس کے اجازت کا مطالبہ کرنے کا فیصلہ کر لیا۔ یہ کیسے بنائی جاتی
ہے۔ کون کونسی چیزیں اس میں پڑتی ہیں، کیوں ہیں اس کیس میں دوسروں کی نسبت بہتر ہوتی ہیں

اس نے اس کیس کی کمیٹی دیکھا، اس کا مطالعہ کیا اور ہائی سکول کمیٹی کی کوریس میں طاق ہو گیا،

اب اسے میسر ہی سے اس قدر لگاؤ ہو گیا تھا کہ ماسچوسٹس ٹیسٹ کالج میں داخل ہو گیا اور فورڈ
 "میکینا راجی" میں نام پیا کر لیا۔ جب نیویارک مارلین چیچمیج نے مارلین اور چوکولیت کے فوائد
 پر بہترین مضمون کے لئے سوڈا کے انعام کا اعلان کیا، جس میں صرف کاجون کے طلباء شرکت
 ہو سکتے تھے آپ کے خیال میں انعام کس نے جیتا ہوگا۔ بالکل ٹھیک ہارلان ہارڈو نے۔

جب اس نے دیکھا کہ لازمت تو کہیں نہیں مل سکتی، تو اس نے اپنے گھر "ٹھکانہ" مارٹن
 بیلیزنٹ ٹریٹ ایمرسٹ ویلیج میں اپنی لیبرٹری کھول لی اس کے
 تھوڑے عرصے بعد ایک نیا قانون پاس ہوا جس کی رو سے دودھ کے جراثیم دیکھ کر باہر
 لے جانے کی ضرورت دیا گیا۔ چنانچہ ہارلان اسے ہارڈو نے ہی کام شروع کر دیا۔ اور
 تھوڑے ہی عرصے کے بعد وہ ایمرسٹ کی موجودہ کی چودہ کمپنیوں کے لئے بوسٹن گھنٹے کا
 کام کر رہا تھا۔ اس سے وہ نامین لازم رکھنے پڑے۔

آج سے پچیس سال بعد وہ کہاں ہوگا آج کل جو لوگ غذائی کیمیا کا کام پلار ہے۔
 اس وقت تک وہ باقور کھپ جاتی گے یا ریٹا رہ چکے ہونگے۔ ان کی نگاہیں نہ ہیر کے
 سنبھالیں گے جو کہ اب سرگرمی، طبائی اور حقیقت کا (پھار کر رہے ہیں۔ آج سے پچیس
 سال بعد ہارلان اسے ہارڈو نے اب اپنے پیسے کا ایک لیڈر ہوگا اور اس کا نام احترام
 سے لیا جایا کرے گا۔ اور اس وقت اس کے کئی ہم جماعت جن کے پاس وہ کاؤنٹر پرائیسی
 کی بیچ کر رہا تھا یا تو کیا ہوں گے یا تلخی ترشی سے اپنے دن کاٹ رہے ہوں گے اور حکومت
 کو برا بھلا کہہ رہے ہوں گے اور محنت کا لکڑخوہ کر رہے ہوں گے کہ انہیں کوئی موقع نہیں
 ملے۔ ان لوگوں سے اسے ہارڈو نے اپنے غیر دلچسپ کو دلچسپ بنانے کا ہتھیار کیا بہت اوشاید
 اسے بھی کوئی موقع نہ ملتا۔

کئی سال ہوئے ایک نوجوان شخص کو خداداد رکھڑے ہو کر فیکٹری کی چٹھیاں کھانی پڑتی
 تھیں۔ وہ بھی اپنے غیر دلچسپ کام سے بور ہو چکا تھا۔ اس کا پہلا نام سام تھا۔ سام اپنا
 لے کیمسٹری کہ وہ شاخ جس میں غذائی اشیاء کا تجربہ ممکن کیا جاتا ہے۔

کام چھوڑنا چاہتا تھا لیکن دڑتا تھا کہ اسے کوئی اور ملازمت نہیں ملے گی۔ چونکہ سارا اسی خیر و محبت کا کام کرنے پر مجبور تھا اس لئے اپنے کام کو بچھڑپ بنانے کو تہیہ کر لیا۔ سنا کہ اس نے جی میں ٹھان لی کہ اس کے ساتھ مشین چلانے پر جو سترہ مقرر ہے، اس سے مقابلہ کرے گا۔ ان میں سے ایک مشین کی کھروری سلجھوں کو بٹلنے اور دو مولت سب قطر پر چغٹیاں لگھانے پر مقرر تھا، وہ مشین چلا دیتے اور اکثر ایک دوسرے سے مقابلہ کرتے کہ دیکھے کون دوسرے زیادہ چغٹیاں لگھاتا ہے۔ فورین نے سار کے کام کی رفتار اور دہمت کو دیکھ کر اسے ایک بہتر جگہ پر لگا دیا یہاں سے اس کی ساری ترقیوں کا آغاز ہوتا ہے اور تیس سال بعد سار یعنی سیمونیل وہ شلٹن بالڈن کو کو موڈوکس کا پریذیڈنٹ تھا لیکن وہ ساری عمر شاہد برتری ہی رہتا اگر اس نے اپنے کام کو دھچپ بنانے کا تہیہ نہ کیا ہوتا۔

ریڈیو کی خبروں کے مشہور تجزیہ نگار راجی دی۔ کاٹن بھٹن نے ایک دفعہ مجھے بتایا کہ اس نے اپنے غیر دلچسپ اور خشک کام کو کیسے دلچسپ اور بے لطف بنایا، جب بائیس سال کا تھا تو وہ مجھ اور تیا نوی کے اس پارویشیوں کو چارہ ڈال کر اور پانی پا کر دینی روزی نکال کر لے لے لے پھر ہمیں پرائٹلن کا دورہ کرنے کے بعد وہ بھوک پیاس سے نہ حال پیریں پہنچا یہاں اس نے پانچ ٹار کے غنوں اپنا کیمرو دی رکھ کر بنویارک ہیرلڈ کے پیرس ایڈیٹر میں منتقل کیا اور ایسے عجم میں بیٹھیں نیچے کا کام مل گیا۔ اگر آپ کی عمر چالیس سال کے لگ بھگ ہے تو قدیم مصر کی عجم میں مشینوں کا تصور کر سکتے ہیں جنہیں اپنی آنکھوں کے سامنے رکھ کر وہ تصویروں کو بالکل یہاں دیکھنے کے لئے استعمال کیا جاتا تھا عجم میں کے دونوں شیشے ایک تیسرے بھر کے ساتھ مل کر وہ دونوں تصویروں کو ایک ہی منظر میں تبدیل کر دیتے تھے جہاں فصل نظر آ جاتا تھا اور ہم مناظر کا حیرت افزا نظارہ دیکھتے تھے۔

خیر وہم برسر مطلب ہیں کہ یہ سنا تھا کہ کالمگن بورن نے پیرس کے گلی کوچوں میں ان مشینوں

لے STEREBSCOPE عجم میں ایک آدمی کے جسم کے دو مختلف منظر ایک تصویر میں اتار لئے جاتے ہیں اور تصویر عجمی معلوم ہوتا ہے لے LENSES

کئے بچنے کا کام شروع کر دیا۔ وہ فرانسیسی نہیں بول سکتا تھا۔ لیکن اسی نے کمیشن سے پہلے ہی سالانہ پانچ ہزار ڈالروں کا نئے اور فرانس کے سب سے کمیشنوں سے اس کی آمدنی بڑھ گئی۔ مسٹر کالٹن لندن نے مجھے بتایا کہ اس تجربے نے میرے کامیابی کی حد میں تو کم از کم قدر بڑھا دی جو ہمارے وڈ کی برسوں کی تعلیم سے بھی حاصل نہیں ہو سکتا تھا۔ خود اعتمادی اس نے خود مجھے بتایا کہ اس تجربے کے بعد میں محسوس کرتا ہوں کہ میں فرانس کی خانہ دار خواتین کے پاس کا گھر میں ملے کے ریکارڈ بھی غرور و خفت کر سکتا ہوں۔

اس تجربے نے اسے فرانسیسی زندگی کو قریب سے دیکھنے اور سمجھنے کا موقع دیا اور بعد ازاں جب وہ ریڈیو پر یورپی واقعات پر تنقید و تبصرہ کرنے پر مامور ہوا، اسے اس سے بے انتہا فائدہ پہنچا۔

اگر وہ فرانسیسی نہیں بول سکتا تھا تو پھر وہ اول حد بے کامیابیوں کیسے بن گیا ہو وہ اپنے ملک سے فروخت کی مکمل گفتگو فرانسیسی میں کھول لیتا اور اسے زبان فرمالتا۔ وہ دھڑلے کی گفتگو کرتا، اندر سے مالک کی آواز آتی اور کالٹن اپنی رٹ ہوئی فروخت کی گفتگو کو اس قدر عجیب و غریب اور خوشنکاح لہجے میں دہرانے لگتا جسے سن کر بہت مزہ آتا۔ وہ مالک کو اپنی تصویریں دکھاتا اور جب وہ کوئی سوال پوچھتی تو وہ اپنے کندھے سے بیٹھتا اور کہتا۔ "مرنگی..... مرنگی....." پھر وہ اپنی ٹوپی اتارتا اور فرانسیسی میں بھی اپنی گفتگو کی طرف اشارہ کرتا جو اس نے اپنی ٹوپی کے سر سے برنگائی ہوتی۔ مالک ہنس پڑتی اور وہ بھی ہنس پڑتا۔ اور اسے مزید تصویریں دکھانے لگتا۔ جب اپنا۔ وہ۔ کالٹن بورن نے مجھے اپنی سرگزشت سنائی۔ تو اس نے اقرار کیا کہ یہ کوئی آسان کام نہ تھا۔ اس نے مجھے بتایا کہ وہ صرف ایک وصف کی وجہ سے کامیاب ہوا اس کا۔ اپنے کام کو دلچسپ بنانے کا عزم مصمم۔ ہر روز صبح سویرے رو اٹھنے والے سے پہلے وہ آئینہ دیکھتا اور نہایت ستوری کے ساتھ یہ گفتگو دہراتا۔ کالٹن بورن۔ اگر تم پیٹ بھر کر کھانا چاہتے ہو تو ہمیں یہ کام ملے تو ہم پار پیٹ۔

کہنا پڑے گا۔ چونکہ تمہیں بہر صورت یہ کرنا تو پے ہی پے پھر کیوں نہیں اسے
 دلچسپی اور شوق سے کرتے؟ جب تم ہر بار کسی دروازے کی گھنٹی بجاتے
 ہو کیوں نہیں اپنے آپ کو بیچ کا ایک اداکار سمجھتے، جس کے سامنے تماشائی
 موجود ہیں، اور وہ اسے دیکھ رہے ہیں، کیونکہ آخر کار جو کچھ تم کر رہے ہو وہ اتنا
 ہی دلچسپ اور بر مذاق ہے جس قدر کہ سٹیج کی کوئی چیز ہوتی ہے پھر کیوں نہیں
 اسے مستعدی بھوش اور سرگرمی سے کرتے؟

کاش بورن نے مجھے بتلایا کہ درزمرہ کی اس مسلسل گفتگو سے میں اس قابل ہو گیا کہ کہیں
 جس کام سے میں بے سرفہرہ نہ رہتا اور خوف کھاتا تھا، اسے صرف پسند کرنے کا بلکہ اپنی
 آمدنی کا ایک بڑا ذریعہ بنالیا۔

جب میں نے کاشن بورن سے پوچھا، کیا آپ ان نوجوانوں کو کوئی مشورہ دینا چاہتے
 ہیں جو دنیا میں ترقی پانے اور کامیابی حاصل کرنے کے آرزو مند ہیں؟ انوکھی نے جواب دیا
 "ہاں ہر روز اپنے ہی بوتے پر کام کرنے کی کوشش کیجئے، ہم اپنے آپ کو نیم خوابی سے بیدار
 کرنے کے لئے جس میں کہ ہم میں سے اکثر گرفتار ہو کر ادھر ادھر بھرتے رہتے ہیں (جہاں فی رشتہ
 کی اہمیت کے متعلق تو اس قدر باتیں ہناتے ہیں) میں ہر روز دو وعائی اور ذہنی ورزش کی
 اس سے بھی زیادہ ضرورت ہے جو میں کل پراہجار سکے۔ ہر روز اپنے آپ سے مستعدی اور
 استقلال کی کوئی گفتگو کیجئے۔"

کیا ہر روز اپنے آپ سے استقلال کی گفتگو کرنا کوئی سلیقہ، احمقانہ اور بے حرکت ہے؟
 نہیں، اس کے برعکس یہ تو صحیح نفسیات کا بخود ہے۔ ہمارے خیالات ہی ہماری زندگی کی تشکیل
 کرتے ہیں یہ الفاظ آج بھی اکی قدر صحیح اور سچی حقیقت ہیں جتنے کہ آج سے انیس صدیاں
 پیش سرج بلکس اور یو ایس نے انہیں پہلی مرتبہ اپنی زندہ جاوید تصنیف "سرج بھار" میں لکھا تھا
 ہمارے خیالات ہی ہماری زندگی کی تشکیل کرتے ہیں۔

روزانہ ایک گھنٹہ اپنے آپ سے گفتگو کر کے آپ اپنے آپ کو جرات، مسرت، قوت، امن اور خوشحالی کے خیالات سوچنے پر لگا سکتے ہیں، اپنے آپ سے ان چیزوں کے متعلق گفتگو کر کے جن کے آپ مشکوک ہوں گے۔ آپ اپنے ذہن کو ان خیالات سے بھر سکتے ہیں، جو بلند فعاؤں میں پرواز کرتے اور چھپاتے ہیں۔

یہ سچ تم کے خیالات سوچنے سے آپ اپنے کام کی ناکواری اور بے لطفی کو کم کر سکتے ہیں آپ کا مالک یہ چاہتا ہے کہ آپ اپنے کام میں محیپی اور شوق کا اظہار کریں تاکہ وہ زیادہ سے زیادہ روپیہ کر سکے لیکن آئیے ہم مہجول باتیں کہ ہمارا مالک کیا چاہتا ہے صرف یہ سوچنے کہ کام میں محیپی لینے سے آپ کو کیا فائدہ پہنچ سکتا ہے؟ اپنے آپ کو یاد دلائیے کہ آپ زندگی سے جو لطف اور خوشی حاصل کرتے ہیں آپ کی محیپی اس کی مقدار کو دوگنا کر سکتی ہے کیونکہ آپ اپنی بیداری کے نصف لمحات اپنے کام میں صرف کرتے ہیں اگر آپ کو اس دوران میں خوشی نہیں مل رہی، تو پھر کہیں سے بھی نہیں مل سکتی۔ اپنے آپ کو یاد دلائیے کہ اپنے کام میں محیپی لینے سے آپ کے دماغ سے پریشانیوں ہوا ہوجائیں گی اور بالآخر خستہ دہاپ کی ترقی اور آپ کی تنخواہ میں اضافے کا موجب بن جائی گی۔ اگر ایسا نہ بھی ہو تو آپ کی تھکاوٹ گھٹ کر کم سے کم رہ جائے گی اور آپ کو اپنے لمحاتِ فرصت سے زیادہ سے زیادہ لطف اٹھانے میں مدد ملے گی۔

باب ۲۔ بے خوابی

جب آپ کو اچھی طرح نیند نہیں آتی تو کیا آپ پریشان ہوتے ہیں؟ پھر آپ کو یہ جان کر حیرانی ہوگی کہ جن آلاتِ مہرنت کا مالک اور نامور ڈیمل کیوٹیل انٹرپرائز ساری زندگی میں بھی

ایک رات بھی جی بھر کر نہیں سو سکا۔

جب سیکول انٹر میڈیٹ کالج میں داخل ہوا تو وہ اپنی دو تکلیفوں — نینق انفس اور بے خوابی — کے متعلق بہت پریشان تھا۔ دونوں سے اسے صحت حاصل نہ ہو سکی۔ چنانچہ اس نے اپنی بیماری سے فائدہ اٹھانے کا فیصلہ کر لیا۔ پریشان، بے چین، متفکر اور بے چین رہ کر اعلیٰ تعلیم کا شکار ہونے کی بجائے وہ جاگنے اور مطالعہ کرنے لگا۔ نتیجہ؟ وہ اپنی جہالت میں اعزاز پانے لگا اور کالج آف وکالٹ کی آف نیویارک کا لیگانہ روزگار طالب علم بن گیا۔

وکالت شروع کرنے کے بعد بھی اسے بے خوابی کی شکایت اتنی رہی لیکن انٹر میڈیٹ پریشان نہیں ہوا۔ اس نے کہا کہ فطرت خود میری حفاظت کرے گی اور فطرت نے اپنا فرض ادا کر دیا؛ باوجودیکہ اسے بہت تھوڑی عیند آتی تھی۔ پھر بھی اس کی صحت برقرار رہی اور وہ اتنی ہی محنت محنت کرتا تھا کہ جس قدر کہ نیویارک بار کے نوجوان وکیل بلکہ وہ ان سے بھی زیادہ ہی محنت کیا کرتا تھا کیونکہ جب وہ سو رہے ہوتے وہ اپنے کام میں مصروف ہوتا۔

اکیس سال کی عمر میں سام انٹر میڈیٹ ہزار ڈالرز سالانہ کی راٹھا اور ہر سال نوجوان وکیل اس کے طریق کار کا مطالعہ کرنے کے لئے کچھری کی طرف دوڑ پڑے۔ ۱۹۳۱ء میں اسے ایک مقدمے کی پیروی کرنے کے عوض دس لاکھ ڈالر دیئے گئے اور غالباً تاریخ عالم کی کسی وکیل کو آج تک اتنا معاوضہ نہیں مل سکا۔

ساتھ اس کا بے خوابی کی شکایت بدستور برقرار رہی۔ وہ سوچی رچھی رات تک پڑھتا اور پھر پانچ بجے اٹھ بیٹھتا۔ اس وقت وہ خطوط لکھتا اور جتنی محنت وہ سرے لوگ اٹھ کر کام کاج شروع کرتے وہ اپنے دن کا نصف کام ختم کر چکا ہوتا۔ یہ آدمی جو شب کی ہی کبھی کسی رات گہری نیند سویا ہوگا، کیا کسی بوسندہ رہا لیکن اگر وہ اپنی بے خوابی کے متعلق پریشان اور بے چین رہا کرتا تو شاید اس نے اپنی زندگی کا بیڑہ غرق کر دیا ہوتا۔

ہم اپنی ایک تہائی زندگی سو کر گزار دیتے ہیں۔ لیکن کوئی شخص نہیں جانتا کہ ہینڈ ور اصل

ہے کیا ہم جانتے ہیں کہ یہ ایک عادت ہے اور آرام کی ایک حالت جس میں فطرت ہمارے
تغذرات کی پیچیدہ آئینوں کو تہہ کر کے رکھ دیتی ہے لیکن ہم نہیں جانتے کہ ایک شخص کو کتنی نیند
کی ضرورت ہے اور آخر اسے سونے کی ضرورت ہی کیوں ہے ؟

شیخ علی کی منطق بہ نیرینے پہلی جنگ عظیم کے دوران میں ہنگری کے ایک فوجی سپاہی پال گرن
کے دماغ کے سامنے کے گوشے پر گولی لگی اس کا زخم تو ٹھیک ہو گیا لیکن عجیب بات یہ ہے کہ
اس کی نیند اڑ گئی۔ ڈاکٹروں نے اڑی ہوئی کا زور لگا دیا۔ انہوں نے خواب اور دوا میاں
اور مسکرات استھما کیس بھل تنویم بھی آٹھ یا گتیا۔ لیکن پال گرن بائیں نہ سو سکا بلکہ اسے اوندھ
تک بھی محسوس نہ ہوئی۔

ڈاکٹروں نے کہا کہ وہ زیادہ عرصے تک زندہ نہیں رہے گا۔ لیکن پال گرن نے انہیں
بیوقوف ثابت کر دکھایا اور اس کی توقعات کو پورا نہ ہونے دیا۔ اسے ایک لازمت مل
گئی اور کئی سالوں تک اس کی صحت نہایت اچھی رہی وہ لیٹ کر اپنی آنکھیں بند کر لیتا اور آرام
کرتا لیکن اسے نیند بالکل نہ آتی، اس کا یس ایک طبی معرکہ تھا جس نے نیند کے تعلق ہمارے اعتقادات
و خیالات کی چولیس ہلا دیں۔

بعض لوگوں کو دوسروں کی نسبت زیادہ نیند کی ضرورت ہوتی ہے۔ زید کے لئے صرف
پانچ گھنٹے کی نیند کافی ہے لیکن بکر کو اس سے تقریباً دو گنی نیند کی ضرورت ہے۔ مگر جو کس
گھنٹوں میں تقریباً گیارہ گھنٹے سوتا ہے دوسرے الفاظ میں زید اپنی زندگی کا اندازاً پانچواں
حصہ سو کر گزارتا ہے لیکن بکر تقریباً اسی زندگی سوتا رہتا ہے۔
اگر آپ بے خوابی کے متعلق پریشان رہیں گے تو وہ آپ کو بے خوابی سے بھی زیادہ نقصان
پہنچائے گی مثلاً میرا ایک طالب امیرا سینٹر تھا اور پریکٹس الیونو، ایچ فیملی پارکس ریزرو
بے خوابی کا کہہ شکایت کی وجہ سے تقریباً خودکشی کرنے کی طرف مائل ہو گیا تھا۔
امیرا سینٹر نے اپنی کہانی سنا کر مجھے بتایا کہ ”فی الواقع میرا خیال تھا کہ میں بالکل

ہو جاؤں گا۔ شروع شروع میں تو مجھے صرف اتنی ہی تکلیف تھی کہ چونکہ میں خوب لکری خندسریا کرتا تھا۔ اس لئے جب کھڑکی کا الٹم بکتا، میں جاگ نہ سکتا اور تب یہ ہوتا کہ صبح کام پر جانے میں مجھے دیر ہو جاتی اور میں اس کے متعلق پریشان رہتا تھا۔۔۔ درحقیقت میرے ملک نے مجھے متنبہ کیا تھا کہ مجھے وقت پر کام پر پہنچنا چاہیے۔ میں جانتا تھا کہ اگر زیادہ دیر تک سونے کا سلسلہ برقرار رہا تو مجھے ملازمت سے ہاتھ دھونے پڑیں گے۔

یہ مسئلہ اس کے متعلق اپنے دوستوں سے ذکر کیا اور ایک نے مجھے مشورہ دیا کہ سونے سے پہلے کھڑکی کے الٹم پر خوب توجہ صرف کرو، یہیں سے میری بے خوابی کا آغاز ہوتا ہے۔ اس طرح کلک کی ٹھنی ٹک ٹک میرے ساتھ ایک ہول بن کر سلسلہ ہو گئی۔ یہ مجھے جاگتا دکھتی اور میں رات بھر کڑوی باتا رہتا جب صبح ہوئی مجھے خداسی حرارت محسوس ہوئی، پریشانی اور شکاٹ نے مجھے بیمار کر دیا تھا۔ یہ سلسلہ کوئی آٹھ سبغے تک جاری رہا۔ اس عرصے کے دوران میں میں نے جو جسمانی اور ذہنی اذیتیں برداشت کیں، انہیں بیان کرنے کے لئے میرے پاس الفاظ نہیں ہیں مجھے یقین ہو گیا تھا کہ میں ضرور پاگی ہو جاؤں گا۔ میں اکثر اوقات گھنٹوں قریش پڑاؤں رکھتا رہتا اور پھر نہایت خمیدگی سے سوچنے لگا کہ کھرٹکی سے چھلانگ لگا کر سارے معاملے کو ہی ختم کر دیا جائے!

”بالآخر یہ ایک ڈاکٹر کے پاس گیا جسے میں عمر بھر سے جانتا تھا۔ اس نے کہا: ایرا، میں تمہاری کچھ مدد نہیں کر سکتا کوئی شخص بھی تمہاری مدد نہیں کر سکے گا۔ کیونکہ اس چیز کے تم خود ہی ذمہ دار ہو۔ رات کو بستر پر لیٹ جاؤ، اگر تمہیں نیند نہ آئے تو اس کے متعلق کھول جاؤ۔ اپنے آپ سے فقط یہ کہو کہ ”اگر مجھے نیند نہیں آتی تو میں اس کی مطلق پرواہ نہیں کرتا۔ اگر میں صبح تک بھی جاگتا رہوں، پھر بھی میرا کچھ نہیں بگڑے گا۔ اپنی آنکھیں بند رکھو اور کہو ”سب ٹھیک ہیں خاموش لیٹا ہوں، میں اس کے متعلق ہرگز پریشان نہیں ہوں گا۔ مجھے بالکل آرام د سکون رہے گا۔“

میں نے ایسا ہی کیا اور دو ہفتوں کے اندر اندر مجھے خیر آئے لگی۔ ایک مہینے تک
 بیکار ٹھہرنے کی نیند سونے لگا اور میرے اعصاب بالکل نارمل حالت پر آ گئے۔
 سرسبز ٹرکوبے خوابی نہیں سہا رہی تھی عاویس کے متعلق اسی کی پریشانی اسے تنگ
 کر رہی تھی۔

عصر حاضر کے کسی دوسرے شخص کی نسبت ڈاکٹر سنتھا کیل کمیٹ میں پروفیسر شرکاگو
 یونیورسٹی نے نیند پر سب زیادہ تحقیقی کام کیا ہے۔ وہ نیند پر دنیا کا ماہر ہے! اسی دعویٰ
 ہے کہ آج تک کسی شخص کو بے خوابی سے مرتے نہیں دیکھا۔ یقیناً ایک شخص بے خوابی کے
 متعلق پریشان رہا کہ اپنی قوت حیات گھٹا سکتا ہے اور جراثیم کے قبضے میں آ سکتا ہے لیکن
 نقصان پریشانی پہنچاتی ہے۔ خود بے خوابی کا اسی میں کوئی قصور نہیں۔

ڈاکٹر فیلڈ میں یہ بھی کہتا ہے کہ جو لوگ بے خوابی کے متعلق پریشان رہتے ہیں۔ وہ
 عام طور پر اپنے انداز سے کہیں زیادہ سوتے ہیں۔ جو شخص یہ قسم کھا کر کہے کہ ”گذشتہ
 رات میری پلٹ تک نہیں بھگی“۔ ممکن ہے کہ وہ ٹھنڈا سوچا ہو اور وہ خود اسے اس کا علم نہ
 ہو۔ مثلاً جنسوی صدمہ کا ایک نمونہ ادجیڈنٹس ہر برٹ پینسر کنوارا پوڑھا تھا۔ وہ ایک
 بورڈنگ ہاؤس میں رہتا تھا اور شخص سے اپنی بے خوابی کی شکایت کر کے اسے پورا کیا کرتا
 تھا۔ وہ اپنے اعصاب کو تسکین دینے اور شراروں سے بچنے کے لئے اپنے قانون میں روٹی
 ٹھونس یا کرتا تھا۔ بعض اوقات نیند کو بائیل کرنے کے لئے وہ انیون کھاتا تھا۔ ایک رات وہ اور
 آکسفورڈ یونیورسٹی کے پروفیسر ٹیکس کی ہونٹ کے ایک ہی کمرے میں اکٹھے ٹھہرے۔ اگلی صبح
 پینسر نے نہایت طمطراق سے اعلان کیا کہ رات بھر میری پلٹ تک نہیں بھگی! کھانکھ کے
 سبقت اس کے ریکورڈ تھے۔ یہ پروفیسر ٹیکس نے جس کی ساری رات پلٹ تک نہیں بھگی
 خوابوں نے انہیں ساری رات بیدار رکھا تھا۔

ابھی نیند کے لئے پہلے شرط اس کی تحفظ ہے اس میں محسوس کرنا چاہیے کہ ہم

کوئی برتر طاقت صحیح نمک بہاری حفاظت کرے گی۔ گریٹ ویسٹ رائڈنگ ہاگ خانے کے ڈاکٹر ٹامس ہیلوپ نے برٹش میڈیکل ایسوسی ایشن کے سامنے تقریر کرتے ہوئے اس مسئلے پر خاص زور دیا تھا انہوں نے کہا تھا: ساہس سال کے تجربے نے مجھ پر عیاں کیا ہے کہ بہترین خواب آدرہ غذا اچھا ہے۔ میں یہ بات بالکل ایک طبی آدمی کی حیثیت سے کہتا ہوں جو لوگ دنیا کے عادی ہو چکے ہیں ان کے لئے دعاؤں کو سکون پہنچانے والی اور اعصاب کو نرم کرنے والی سب غذاؤں سے زیادہ مناسب اور نازک دوا سمجھنا چاہیے۔

ڈرے نیٹ میکڈالڈ نے مجھے بتایا کہ جب میں بددلی اور پریشان ہوتی ہوں اور مجھے سونے میں دقت پیش آتی ہے۔ میں شاجات ۱۲۳ کو دہرانے سے ہیڈشہ احساسِ تحفظ محسوس کرتی ہوں، غذا میرا چروا لہا ہے۔ میں بھرکوں نہیں مروں گا۔ وہ مجھے سرسبز چراگااہوں میں لٹا دیتا ہے۔ وہ مجھے خانوش باغیوں کے کنارے تک لے جاتا ہے۔

میں نے آپ مذہبی آدمی نہیں ہیں اور چیزوں سے نیپٹے ہیں آپ کو بڑی دقت پیش آتی ہے۔ تو پھر جسمانی طریقوں سے آرام کرنا سیکئے۔ ”مذہباتی رنگارنگی سے نجات کے مصنف ڈاکٹر لبرہرڈ ٹنگ کہتے ہیں کہ اس کا بہترین طریقہ اپنے جسم سے باغی لڑنا ہے۔“ ڈاکٹر فٹک کے غذاؤں الفاظِ متہم کی تنزیہ کی کلید ہیں۔ اور جب آپ کو مسلسل نیند نہ آتی ہو اس کا مطلب یہ ہوتا ہے کہ آپ نے اپنے آپ سے باغی کر کے بلے خرابی کی حالت پیدا کر لی ہے۔ اس سے نجات پانے کا یہ طریقہ ہے کہ اپنے اوپر سے تنزیہ کی حالت دور کر دیکئے۔ اور ایسا آپ اپنے جسم کے اعصاب سے یہ کہہ کر کر سکتے ہیں۔ جاؤ۔ جاؤ۔ دھکیلے پڑ جاؤ اور آرام کر۔ ہم پہلے ہی جانتے ہیں کہ جب تک کچھ کھینچے اور تے ہوئے ہیں، ذہن اور کچھ آرام نہیں کر سکتے اس لئے انہیں سونا چاہیے تو ہم انہیں سونے سے ابتدا کرنی چاہئے۔ ڈاکٹر ٹنگ کا جویز کرتے ہیں۔ اور اس پر عمل کیا جاسکتا ہے۔ ٹانگوں سے دھرنے کے لئے ہیں اپنے گھٹنوں کے نیچے تکبہ رکھ لینا چاہئے اور اسی طرح ہیں اپنی مٹھلوں کے نیچے پھوڑے پھوڑے

نیکے مکالمے چاہئیں، پھر بیڑوں، آنکھوں، بازوؤں اور سٹانگوں کو باری باری آرام کرنے کے لئے ہدایت دینی چاہیئے۔ ہم باقاعدہ جاننے سے پہلے ہی سو جاتے ہیں کہ ہمیں کیا ہو گیا ہے۔ میں نے اسے آزمایا ہے اور میں جانتا ہوں۔ اگر آپ کو حیند کے متعلق شکایت ہو تو ڈاکٹر فنک کے کتاب معصابی شکایات سے نجات حاصل کیسے جس کا میں پہلے ہی ذکر کیا ہوں میں جانتا ہوں کہ یہ نہ صرف بے خوابی کا علاج ہی بتا رہا ہے بلکہ پڑھنے میں بہت دلچسپ اور پُر لطف ہے۔

بے خوابی کا ایک بہترین علاج یہ ہے کہ باغبانی، تیراکی، ٹینس، گولف، ریف پر پھیل کر یا ایسے ہی کسی جسمانی طور پر تھکا دینے والے کام سے اپنے جسم کو بالکل تھکا دیا جائے۔ ٹھیکوڈ ڈربزٹرنے بھی یہی کیا تھا۔ وہ لڑا دیب تھا، ابھی تک ادب کے میدان میں تنگ دو دو کر رہا تھا۔ اور وہ بے خوابی کے متعلق پریشان تھا۔ چنانچہ اس نے ہنریک سنٹرل ریلوے میں ایک سیکشن حیند کی حیثیت سے کام کرنے کی ملازمت کر لی۔ وہ پہلے ہی دن میں صبح سویرے اُٹھتا اور بحری کھرجی کرنے سے اس قدر تھک گیا کہ وہ سونے کے لئے کھانے کا بھی مشکل انتظار کر رہا تھا۔

اگر ہم کافی تھک جائیں تو فطرت میں چلتے وقت بھی سونے پر مجبور کر دے گا۔ جی اس کی تشریح کرتا ہوں۔ جب میں نیرہ سال کا تھا، والد صاحب نے چنے ہوئے سوردن کی ایک گاڑی سینٹ جوزس سوری (تھی)۔ چونکہ انہیں ریلوے کے دو ٹکٹ بلاتیمت ملی گئے تھے وہ مجھے بھی اپنے ساتھ لے گئے، اس وقت تک میں تبھی ایسے شہر میں نہیں گیا تھا جس کی آبادی چارٹرڈ رفلوس سے زیادہ ہو اور سینٹ جوزس کی آبادی ساٹھ ہزار ہے، جب میں وہاں کے ٹیشن پر اترا تو میری بے تابی اور جوش میں اضافہ ہو گیا۔ میں نے چھ چھ منزلہ مکانات دیکھے اور عجائبات کا عجوبہ ایک شرمیل کار دیکھی۔ جی اب بھی اپنی آنکھیں بند کر کے اس کار کو دیکھنا اور اس کی آواز سن سکتا ہوں یہ میری زندگی کا اہمیت ہی دلو لدا ٹکیز اور جو شیلا دن تھا۔ شام کو میں اور والد صاحب گاڑی میں واپس ایون ڈورسوری میں پڑے۔ یہاں ہم دونوں کے

صبح پہنچے اور ابھی گھر تک پہنچنے کے لئے چار میل کا فاصلہ پیدل طے کرنا تھا اور کبایتی کا تختہ تیرے بے کامیابی چلتے چلتے سو رہا اور خواب دیکھ رہا تھا گھوڑے کی سواری کرتے وقت میں کئی بار سو گیا ہوں اور اس کا ذکر کرنے کے لئے میں ابھی بقیہ حیات ہوں ایسا زندہ محنت ہوتی!

جب لوگ تھکن سے چور ہو جاتے ہیں تو وہ توڑوں کی گھن گرج، دہشت، خوف اور خطر کے عین درمیان بھی سر جھاتے ہیں "علم الاغصاب" کے شہور ماہر ڈاکٹر فرسٹر کینڈی نے مجھے بتایا کہ ۱۹۱۵ء میں برطانوی قریح کی لپسائی کے دوران میں نے دیکھا کہ سپاہی اس قدر

تھک چکے ہیں کہ وہ جہاں کہیں تھے، گر پڑے اور گھوڑے سے پیچ کر رو رہے۔ جب میں نے اپنی انگلیوں سے ان کے پیچھے اٹھائے وہ پھر بھی نہ جا گئے اور وہ کہتا ہے "میں نے دیکھا کہ آنکھوں کی پٹلیاں غیر متعین طور پر رخاؤں میں اوپر کی طرف گردش کر رہی تھیں۔ اس کے بعد ڈاکٹر کینڈی کہتا ہے کہ جب کبھی مجھے بے خوابی کی شکایت ہوتی ہے اپنی آنکھوں کے دھندلے کو اسی پوزیشن میں گھمانے کی شش کریا اور میں نے دیکھا کہ چند منٹوں کے بعد مجھے جاگیاں آنے لگیں اور پھر خیر آجاتی۔ یہ ایک غیر شعوری انوکھی تھا جس پر مجھے کوئی اختیار نہیں تھا۔

خیند سے انکار کر کے کسی شخص نے خود کشی کی ہے نہ کرے گا۔ کسی شخص کی پوری قوت اڑان کے باوجود فطرت اسے سلا دے گی۔ فطرت ہمیں کھانے پینے کے بغیر کافی عرصے تک زندہ رکھ سکتی ہے لیکن خیند کے بغیر کبھی ایسا نہیں کرتی۔

خود کشی کے ذکر سے مجھے ایک واقعہ یاد آیا۔ جس کا ڈاکٹر می ہنری سی لک نے اپنی کتاب انسان کی دریافت فوٹس ذکر کیا ہے۔ ڈاکٹر لنگ نفسیاتی کارپوریشن کے نائب صدر ہیں اور بے شمار لوگوں کے ساتھ آٹروپک کرتے ہیں جو پریشان اور خستہ حال ہوں۔ انچہ کتاب کے ایک باب "خوف اور پریشانی کے غلبے پر" میں وہ ایک مریض کا ذکر کرتے ہیں جو خود کشی کرنا چاہتا تھا۔ ڈاکٹر لنگ بیان کرتے تھے کہ جب طے مہاتے سے معاملہ بھی جکڑ جائے گا، چنانچہ انہوں نے اسی شخص سے کہا کہ اگر تم خود کشی فرما کر رہا کرنا چاہتے

ہو تو کہ انکم بہادرنہ طریقے سے تو کو رو۔ اس چوک کے ارد گرد اس قدر تیز مدد لگا دو کہ تم کو رو اور گرتے ہی تہہ کا جان چل جائے۔

اس نے ایک بار غیور سے کئی بار آزمایا لیکن ہر بار اس نے اپنی حالت بہتر محسوس کی۔ اگر اپنے اعصاب میں نہیں تو کم از کم اپنے ذہن میں اسے ضرور افادہ محسوس ہوا۔ تیسری رات اسے وہ چیز حاصل ہو چکی تھی۔ جو ڈاکٹر لنک کا ادنیٰ مقصد تھا۔ وہ جسمانی حیثیت سے اس قدر تھک چکا تھا اور جسمانی اعتبار سے اس کے جسم کو آرام مل چکا تھا کہ وہ کمر ٹھیکے کے تختے کی طرح سو گیا۔ بعد ازاں وہ ایک گسرتی کلب کا ممبر بن گیا اور تباہی کے کھیلوں میں حصہ لینے لگا۔ چندی ہی کی حالت اس قدر بہتر ہو گئی کہ وہ ہمیشہ زندہ رہنا چاہتا تھا!

چنانچہ بے خوابی کے متعلق پریشانی سے بچنے کے لئے مندرجہ ذیل پانچ اصول ہیں۔

- ۱۔ کتاب سونہیں سکتے۔ کتاب بھی دی کیجئے جو کموشل انٹر میئر نے لکھا تھا اُچھے، کوئی کام کیجئے یا پڑھیے یہاں تک کہ کتاب کو ختم کیا جائے۔

- ۲۔ یاد رکھیے کہ نرسند کے فغداہی کی وجہ سے آج تک کوئی شخص بھی ہاک نہیں ہوا۔ بے خوابی کے متعلق پریشانی عدم نرسند سے زیادہ نقصان پہنچاتی ہے۔

- ۳۔ کلان زمانے۔ ٹے نیت میکڈانلوک طرح مناجات ۲۳ دہرائے۔

- ۴۔ اپنے جسم کو آرام دیجئے۔ کتاب اعصابی کشمکش سے نجات پدے۔

- ۵۔ درز فل کیجئے۔ اپنے آپ کو جسمانی طور پر اس حد تک تھکا دیجئے کہ آپ بیدار نہ ہو سکیں۔

حصہ ہفتم پریشانی اور تسکین

خلاصہ

اصول ۱:- تنکے سے پہلے آرام کیجئے
 اصول ۲:- کام کے دوران میں اپنے جسم کو "آرام" پہنچانا سیکھئے۔
 اصول ۳:- اگر آپ خانہ دار خاتون ہیں تو اپنے جسم کو "آرام"
 پہنچ کر اپنی صحت اور صورت کی حفاظت
 کیجئے۔

اصول ۴:- ان چار اچھی عادتوں کو اختیار کیجئے۔
 ۱۔ ضروری اور فوری امور سے متعلق کاغذات کے سوا
 اپنی میز دوسری تمام اقسام کی سے صاف کر
 دیجئے۔
 ب۔ کاموں کو ان کی اہمیت کا ترتیب کے مطابق
 کیجئے۔

ج۔ جب آپ کو کوئی مسئلہ درپیش ہو اور آپ
نے اپنی فیصلہ کرنے کے ضروری حقائق موجود
ہوں تو اسی وقت اور میں اسے حل کیجئے۔

د۔ تنظیم، بھروسہ اور نگرانی کرنا سیکھئے۔
اصول ۵:- پریشانی اور ممکن ہے بچنے کے لئے اپنے کام کو
پوری سرگونی اور جوش کے ساتھ کیجئے۔

اصول ۶:- یاد رکھیے کہ آج تک کوئی شمن بھی نیند کے فقدان
کی وجہ سے ہلاک نہیں ہوا۔ نقصان بے خوابی نہیں
پہنچاتی بلکہ بے خوابی کے متعلق پریشان رہنے سے زیادہ
نقصان پہنچتا ہے ÷

حصہ ششم

دل پسند کام

باب ۲۹ :- آپ کی زندگی کا اہم فیصلہ

[یہ باب ان نوجوانوں کے لئے لکھا گیا ہے جو ابھی تک زندگی کی جدوجہد میں شامل نہیں ہوئے ہیں اور جو ابھی تک اپنے حق کو راستہ متعین نہیں کر سکے۔ اگر آپ بھی اسی گروہ میں شامل ہیں تو اس باب کو پڑھئے شاید آپ کی باقی زندگی کے لئے یہ مفید ہو۔ درنہ خیر ثابت ہو۔]

اگر آپ کی عمر ابھی اٹھارہ بیس سال سے کم ہے تو غالباً غمخیز ہی آپ کو اپنی زندگی کے متعلق وہ خیالات اہم فیصلے کرنے پڑیں گے اور ان سے کہ آپ کے یہ وہ وہ فیصلے آپ کی باقی ماندہ زندگی کو بالکل پٹ کر رکھ دیں یہ فیصلے آپ کی جھڑپ آپ کی آمدنی، آپ کی صحت اور آپ کے سماجی مرتبے پر نہایت گہرے اور دور رس اثرات ڈالیں گے۔ یہ آپ کو بنا بھی سکتے ہیں اور بگاڑ بھی۔
یہ وہ اہم فیصلے کیا ہیں؟

اول۔ روزی کمانے کے لئے آپ کو لٹا پیٹا اختیار کریں گے؟ کیا آپ
کس بھی گمے یا مزدور چٹھی رساں یا چڑاٹھی بیکٹ یا پرویسر شینڈلر یا گھوڑا کٹر
کیل یا ایڈیٹر و سبزی کاسٹل چلائی گئے یا مسند بیدار کا کاروبار کریں گے؟
دوم۔ آپ اپنے بچوں کا باپ یا ماں بننے کے لئے کسے منعوب کر

رہے ہیں؟

لیکن یہ دونوں اہم فیصلے اکثر اوقات جھڑپوں سے بھری ایمرن فوسٹر کی اپنی کتاب
”پیش بینی کی قوت“ میں کہتا ہے۔ ہر ملکہ جب وہ کسی پیشے کا انتخاب کرتا ہے، جو نئے ہوا
ہوتا ہے اسے دلوں پر اپنی زندگی دکھانی پڑتی ہے۔

پیشے کو منتخب کرتے وقت آپ جو نئے بازی کس حد تک گھٹا سکتے ہیں؟ چلے جہاں
تک ممکن ہو آپ کی رہنمائی کرنے کی کوشش کریں گے۔ اول حتی الامکان ایسا کام تلاش
کرنے کی کوشش کیجئے جو آپ کے حسب منشا ہو۔ جہاں کے ساتھ آپ کو محسوس ہوا کہ جس کے
کرنے میں آپ کو لطف آتا ہو۔ میں نے ایک بار مارٹن زرنہ نے والی بی۔ ایف گڈریج کمپنی کے
پورٹ کے چیئرمین ڈیوڈ ایم۔ گڈریج سے پوچھا کہ آپ کے خیال میں کاروباریں کامیابی کی
بیل شہر کیا ہے؟ اداس نے جواب دیا: ایسے کام کے دوران میں اچھی طرح وقت گزارنا
جو کام آپ کر رہے ہوں۔ اگر اداں کے کرنے میں آپ کو لطف آتا ہو تو آپ کافی دیر تک اس
میں مشغول رہ سکتے ہیں لیکن یہ کام کام بالکل نہیں معلوم ہوگا۔ یہ تو بس یوں نظر آئے گا۔ جیسے
آپ کوئی کھیل کھیل رہے ہوں۔

ایڈیٹرس اس کی بہت اچھی مثال تھا۔ اس نے اپنی زندگی کا آغاز تعلیم یافتہ اخبار نویس
مجھ کے کہ حیثیت سے کیا لیکن اس نے بڑے ہو کر اپنی خدا داد استعداد و عظمت اور محنت
کے سہارے امریکہ کی مشہور زندگی کو منقلب کر دیا اور اس کا یہ حال تھا کہ وہ اپنی لیبیٹری
ہی میں سوتا اور وہیں کھانا پیتا تھا، وہ اٹھا رہا تھا کہ گھنٹے تک اپنی جان مارتا۔ میک

اس کے لئے یہ جان مارنے کے مترادف نہیں تھا۔ میں نے اپنی زندگی ہی کبھی ایک دن بھی کام نہیں کیا ہے یہ سب مذاق تھا؟

پھر کوئی تعجب بات نہیں کہ کامیاب ہونے اس کے قدم چرے !
میں نے ایک بار چارلس شیمپ کو بھی یہی بات کہتے سنا تھا۔ اس نے کہا تھا "شیمپس
کی کامیابی کامیاب ہو سکتا ہے، اگر وہ اس کی بے پناہ خوشی و خوشی، سرگرمی اور چسپی
کا اظہار کرتا ہے۔"

لیکن آپ کا کام میں کیسے سرگرمی اور چسپی کا اظہار کر سکتے ہیں جبکہ آپ بالکل نہیں
جانتے کہ آپ کو کس کام کرنی ہے؟ عظیم ترین المیہ جو میں جانتی ہوں مسز ایڈنا کیمر
کو تھی جس نے کسی زمانے میں ڈیوونٹ کمپنی کے لئے "سزارلہ" علامت بن بھرتی کئے اور
چھبیس برس تک ہر صبح ہر روز گھنٹوں کے منتظر تعلقات کی اسسٹنٹ ڈائریکٹر تھیں۔ "عظیم
ترین المیہ جو میں جانتی ہوں یہ ہے کہ اکثر لوگوں کو کبھی معلوم نہیں ہوتا کہ وہ حقیقت کیا
کناہاتے ہیں۔ اس نے مجھے کہا: "اس شخص سے زیادہ قابل رحم حالت کسی کی نہیں دیکھائی
کا اسے غماز کے ساتھ اندر کچھ حاصل نہیں ہوتا۔ مسز کیمر تھی ہے کہ میرے پاس کانٹے کے گریڈ
تک تھے ہیں، وہ بھی یہی کہتے ہیں کہ میں نے ڈارٹ مارڈ مارڈ سے لے۔ اسے بے کار ٹیل سے
ایم۔ اے کا ڈاکٹر کی ایک ڈگری حاصل کی ہے۔ کیا آپ کی فرم میں مجھے کسی قسم کا کام مل
سکتا ہے؟ نہیں، خیر، وہ نہیں سمجھتا کہ وہ کیا کر سکتے ہیں یا کیا کرنا چاہتے ہیں۔ پھر یہ کوئی پہلو
ہونے کی بات ہے کہ بہت سے نوجوان جو قابل اہل ان اور بہت سے خواہوں کے ساتھ اپنی
شہرت کا آغاز کرتے ہیں۔ انجام کار وہ انتہا رہبر اگندگی صبح یا غصہ بانی شکست را (ختم
ہوتے ہیں؟ وہ حقیقت حسب منشا کام تلاش کرنا آپ کی محنت کے لئے تھوڑے
انتہام ہے جب جان اپنی ستر سپتال کے ڈاکٹر ریٹائر ہوئے ہیں چند مہینہ پہلے کے طور
کی زندگیوں کو طویل بنانے والے عوامل کا مطالعہ کیا تو اس نے "صحیح پیشہ کو سب سے زیادہ"

جگہ دی۔ وہ ٹامس کارٹرائٹ کی زبان میں کہہ سکتا تھا، بابرکت ہے وہ آدمی جسے پناہ کامل
 کیا۔ بھائی نے کہا اور بکلت کی فردیت نہیں۔
 میں نے حل ہی میں سو کوئی حکم کہنی کے بھڑان روزگار پال۔ ڈبلیو۔ جوائے انٹی کے
 ساتھ ایک شام گزارا۔ اس نے پہلے میں سالوں کے دوران میں ملانہ مت خواہی بکھتر
 ہزار سے زائد امیدواروں کے ساتھ انٹرویو کئے ہوں گے اور اس نے ایک کتاب بھی
 لکھی ہے جس کا نام "ہزمت حاصل کرنے کے چھ طریقے" ہے میں نے اس سے پوچھا تو
 نکاش کرتے وقت لوگ سب سے بڑی غلطی کیا کرتے ہیں؟ اور اس نے جواب دیا۔ انہیں
 پتہ نہیں چلتا کہ وہ کیا کرنا چاہتے ہیں۔ یہ دیکھ کر کتنا دکھ ہوتا ہے کہ ایک شخص کمرے کا
 ایک سوٹ خریدتے وقت تو پوری توجہ اور سوچ بچا ہوں صرف کر دیتا ہے جو چند
 سالوں کے اندر اندر بھٹ جائے گا لیکن پیسے کا انتخاب کرتے وقت کہ جس پاس کا
 سارنی زندگی اس کی ساری آئندہ خوشیوں اور ذہنی سکون اطمینان کا انحصار
 ہے کوئی غامض دھیان نہیں دیتا۔

اور پھر کیا؟ آپ اس کے متعلق کیا کر سکتے ہیں؟ آپ ایک نئے پیسے پر مشورہ
 رہنا۔ فائدہ اٹھا سکتے ہیں اس سے آپ کو نقصان بھی پہنچ سکتا ہے اور آپ کو
 مدد بھی مل سکتی ہے یہ سب کچھ آپ کو مشورہ دینے والے صلاح کار کی تائیدوں اور مدد
 پر منحصر ہے۔ یہ نیا پیشہ ابھی تک ابتدائی منازل طے کر رہا ہے۔ ابھی تک تو یہ شافی
 نہیں ہو سکا ہے۔ میں پہنچا لیکن اس کا مستقبل بڑا شاندار ہے۔ آپ اس سائنس سے
 کیلئے فائدہ اٹھا سکتے ہیں؟ یہ معلوم کر کے کہ آپ اپنے ملک اور قوم میں کہاں سے پیشہ
 دراندہ مشورہ حاصل کر سکتے ہیں اور کہاں اپنا پیشہ دارانہ امتحان کر سکتے ہیں
 ایسے مشورے آپ کو صرف اشاعات کی صورت میں مل سکتے ہیں قطعی فیصلہ آپ
 کے لیے نہیں ہو سکتا۔ یہ مشیر اور صلاح کار ہرگز معصوم اور بے خطا نہیں ہوتے

بعض اوقات وہ ایک دوسرے کے ساتھ متفق نہیں ہوتے بعض اوقات وہ بڑی منہجہ نیز غلطیوں کا ارتکاب کرتے ہیں۔ مثلاً ایک دفعہ ایک پیشہ ور صلاح کار نے میری ایک کتاب کو محض اس بنا پر یاد دہانے کا مشورہ دے دیا۔ کیونکہ اس کے پاس الفاظ کا وسیع ذخیرہ ہے جو آپ کے خیالات و جذبات کو آپ کے قارئین تک پہنچائے۔ اور ایسا کرنے کے لئے الفاظ کے وسیع ذخیرے کی اتنی ضرورت نہیں جس قدر کہ مشاہدے تجربے، عقل، جذبے، حقیقہ سے ہشاش اور خوش کی بے دریغ پیشہ و محیر جس نے وسیع ذخیرہ الفاظ والی لڑکی کو ایک نئے کام مشورہ دیا تھا، صرف ایک بات میں کامیاب ہو سکا اس نے ایک سابقہ خوش باش سٹیوڈنٹ کو ایک شکست خوردہ ادنا کام مل جل گیا بنا دیا۔

مجموعہ کچھ کا کوشش کر رہا ہوں کہ پیشہ وارانہ مہمائی کے مابین غماز دیں یا آپ ہی کیوں نہ ہوں موصوم اور بے خطا نہیں۔ انسان غلطیوں کا پتلا ہے مناسب یہ ہے کہ آپ کئی ایک کے ساتھ مشورہ کریں اور پھر ان کے نتائج کو منتقل مارہ کی روشنی میں جانچنے کا کوشش کریں۔

شاہد آپ کو یہ امر تعجب نہیں معلوم ہو کہ میں اس قسم کے باپ کو اس کتاب میں شامل کرنا ہوتا ہوں جو کہ زیادہ تر پریشانی کے متعلق بحث کرتی ہے لیکن اگر آپ یہ سمجھ لیں کہ ہماری پریشانی اور کمزوری زیادہ تر اس کام کا نتیجہ ہوتی ہیں جس نے ہم نوزت کرتے ہیں تو آپ کو کوئی حیرانی نہیں ہوگی۔ اپنے والد صاحب اپنے بڑے بیٹے یا اپنے ایک ساتھی کے متعلق پوچھئے۔ جان سٹوارٹ مل جیسے ذہین اور سمجھدار شخص نے کہا ہے کہ مسخو تا مائنا سبتیں اور عدم آہنگی ان سماج کے عظیم ترین نقصانات میں سے ایک ہیں اس کو اگر امن کے رنجیدہ ترین رتبہ میں صحتی مائنا سبتیں اور عدم آہنگی ہیں جو اپنے رومنہ و جگہ کام سے نوزت کرتی ہیں۔

کیا آپ کھا، ایسے شخص کو جاننے میں جس کا فوج میں رو کر دماغ قتل ہو گیا ہو کیا کھا
اسے غلط ساری پر تعینت کر دی گئی تھی، یہی لڑائی میں زخمی ہونے والوں اور ہارے جانے
والوں کا کلک نہیں کر رہا، بلکہ ان لوگوں کا تذکرہ ہے، 'بھگت کے دماغ فی الواقع قتل ہو گئے'
تھے۔ معبر حاضر کا ایک غنیمت ماہر امر منہ انفس ڈاکٹر کو بہم دینا کہ وہاں جنگ میں غصہ
اور نفیس کے مریضوں کے حکمے کا پتہ راج تھا اور وہ کہتا ہے کہ 'میں نے فوج میں رو کر
انتخاب، تعیناتی اور بھیج دیا کوئی کام پر لگانے کی اہمیت ہے اس لیے کہ ہنسنا سیکھتا
..... سر درست کام کی اہمیت پر ایمان لانا انتہائی ناگزیر تھا۔ جہاں کوئی
شخص چھٹی عیسویں ذکر کر رہا تھا، وہ سمجھتا تھا کہ اسے کھانا پھر لکھنا تھا کیا گیا ہے۔ جہاں وہ
خیال کرتا کہ اس میں سبب تھوڑی سی جارہی، جہاں اسے تین ہوتا کہ اس کی صلاحیتوں کا
غلط استعمال کیا جا رہا ہے، لاکھ ہاں اگر وہاں حقیقی نفسیاتی عارضہ نہ بھی ملتا تو اس کے
تھکن ہونے کا اندیشہ ضرور لاحق ہوتا۔

ہاں، ایسی ہی وجوہات کی بنا پر لوگ کاروبار اور صنعت کی دنیا میں ہوش و حواس
کھو بیٹھتے ہیں، اگر کسی شخص کو اپنے کام سے نفرت ہے، مگر وہ اس کا دماغ قتل ہو سکتا

ہے۔
یہاں میں آپ کے سامنے غل جانش کی مثال پیش کرتا ہوں۔ غل جانش کا باپ ایک
ہندوئی کا ایک تھا، چنانچہ اس نے اپنے بیٹے کو بھی وہی نوعیت کا کوئی کام دیا۔ اس کا خیال
تھا کہ وہ کاروبار شروع کر دے گا لیکن غل کو ہندوئی کے نام سے بھی نفرت تھی چنانچہ وہ
آوارہ گردی کرنے اور بیکار پھرنے لگا۔ وہ جرجا ہٹا کر اس سے ایک قدم بھی
آگے نہ اٹھاتا۔ کچھ دن تک وہ غیر حاضر رہا اس کے باپ نے سمجھا کہ اس کا بیٹا بے تعبیر
اور پست ہمت ہے اور اس خیال سے اسے فی الواقع اس قدر صدمہ پہنچا کہ وہ اپنے
گازم کے سامنے غفلت اور شرمندگی محسوس کر لے لگا۔

ایک دن فل جانسن نے اپنے باپ کو بلایا تو اس نے ایک مستری جناح ہاٹ ہوں۔ لیکن ایک شین شاپ پر کام کرنا کیا؟ اور یہی کوشاک پسینے مانوں میں تھا چلا! اس کے باپ کو سخت صدمہ پہنچا لیکن فل اپنی مرضی پر اٹھارہ۔ دو موٹی چھینٹیں پہن کر کام کرنے لگا۔ مائٹری کی نسبت یہاں وہ کہیں زیادہ کام کرتا اور بڑی دیر تک کرتا رہتا کام کے دوران ہی وہ کنگھٹا، میٹیاں بجاتا۔ اس نے انجینئرنگ کو اپنا پیشہ بنالیا۔ اب نے انجینئری کے حقوق منلوں مائل کیں اور شیئرز کو اپنا اور بھتیجا بنالیا اور فلپ جانسن نے ۱۹۴۲ء میں انتقال کیا۔ وہ ہوائی جہاز بنانے والی بوشنگ کمپنی کا پیسڈیڈنٹ تھا اور اس کمپنی نے ہی ~~فلپ جانسن~~ تیار کی تھی جنہوں نے جنگ عینے میں مدد دی اگر وہ ۵۸ بڑی سی جی جہاز تیار ہو جاتی کا اور ۱۸ بڑی کا کیا مشر ہوتا۔ خمد صا اس کے باپ کے انتقال کے بعد میرا خیال ہے کہ وہ کاروبار تیار کر دیتا۔ خود پاگل ہو جاتا اور سہ ماہی است ہو نہ خاک بن جاتا۔

میں نوجوانوں کو غلطانہ مشورہ دیتا ہوں کہ آپ کسی ایسے کام کو مہجور اس لئے اختیار نہ کریں کیونکہ آپ کے گھرو لے چاہتے ہیں کہ آپ یہ کام کریں؟ خواہ آپ کی مخالفت سے گھر بوجھ کرٹے ہی کیوں نہ کرٹے ہو جائیں! جب تک آپ نہ چاہیں کسی پیشے میں مست قدم رکھیے۔ تاہم اپنے والدین کے مشورے کو تو جیسے پسینے غالباً ان کی عمر آپ سے دو گنی ہے وہ اس قسم کا مشورہ حاصل کر چکے ہیں جو کافی تجربہ کے بعد ہی حاصل ہوتا ہے لیکن آخری اور قطعی فیصلہ آپ ہی کا اختیار میں ہے۔ کیونکہ آپ کے کام سے خوشی، راحت اور سکون یا اندر دگی، بیزاری اور فکسٹل آپ ہی کو حاصل ہوگی۔

اس کے بعد میں یہی ہے انتخاب کرنے کے لئے چاہتا ہوں کہ آپ جیسی کرتا ہوں۔ ان میں سے بعض تو خند ہیں ہیں آپہیں غور سے پڑھیے، اور اگر کوئی تجویز پند سے تو اس پر عمل کرنے کی کوشش کیجئے۔

۱۔ پیشہ ور صلاح کار کو منتخب کرنے کے لئے ہندو جوبیل اپنے تجویز کو پڑھئے اور ۵۷۹۹۸۸۔ اور یہی کوشاک جو کارخانے کے سرکاری کام کرتے وقت اپنے پرنٹس کے اوپر ہیں لیٹے ہیں تاکہ شیٹس کی میں پھیل اور گرد و خراب سے وہ خواب نہ ہو جائیں۔

یہ تجویزی سو فیصدی درست ہے۔ انہیں پیشہ ورانہ رہنمائی کے سربراہ ماہر میری دیگر کوششیں
پروفیسر کو لیبیا یونیورسٹی کے پیش کیا تھا

۱۔ کبھی ایسے شخص کے پاس مت جلیے جو آپ سے یہ کہے کہ میرے پاس فلسفی چھڑی
ہے جس کے چھوٹے سے فوراً پتہ چل جائے گا کہ آپ کا رجحان کس پیشے کی طرف ہے۔ اس گروہ
میں رمال، بخوی، حال کردار کے تجزیہ نگار، خطاطی کے ماہر اور ستارہ شناس شامل
ہیں۔ ان کا فلسفی چھڑی ہمیشہ راستے ہی میں ٹوٹ جاتی ہے۔

ب۔ کبھی ایسے شخص کے پاس مت جلیے جو آپ سے یہ کہے کہ میں آپ کا اس طرح
ٹسٹ لے سکتا ہوں جس سے ظاہر ہو جائے گا کہ آپ کو کون سا پیشہ اختیار کرنا چاہیے۔ شیفین
بھی جھوٹا ہے کیونکہ وہ اس اصول کی خلاف ورزی کرتا ہے کہ پیشہ ور مشورہ لینے والے
شخص کے سماجی، جسمانی اور معاشی حالات اور گروہ پیش کا خیال رکھنا چاہیے اور اس
کو اپنی مذمت اور مدح سے متوقع کی روشنی میں رہنجام دینی چاہئیں جو مشورہ لینے والے کے سامنے
کھلے ہوں؟

ج۔ کبھی ایسے پیشہ ور شخص کو متواش کیجئے جس کے پاس پیشوں کے متعلق حوزہ معلومات
و اطلاعات کی لاہری برادری سے مشورہ دیتے استعمال کرتا ہو۔

د۔ مکمل پیشہ ور رہبری حاصل کرنے کے لئے ایک سے زیادہ طاقتوں کی ضرورت ہوتی ہے
کہ تاک کہ ذریعہ کبھی بھی پیشہ ورانہ رہنمائی قبول نہ کیجئے۔

۲۔ جو کاروبار اور پیشے پہلے ہی لوگوں سے بے پڑے ہوں۔ ان سے
دور رہیے! روزی کمانے کے ہزاروں طریقے ہیں لیکن کیا نو جوانوں کو اس کا علم ہے؟
وہ اس قدرت تک نہیں سمجھتے جب تک کہ وہ جوہر بنام میں سے دیکھنے کے لئے کشتی تین کی
خدا کاٹ حاصل نہ کریں۔ نتیجہ ہلکے سکول کے مددگاروں کا انتخاب صرف پانچ پیشوں تک
محدود رہا۔ میں ہزاروں سے صرف پانچ! اور یہی حال آج لوگوں کا تھا۔ پھر ان میں

میران ہونے کی کیا بات ہے کہ قوڑے سے چٹے کیلئے تے لوگوں سے بٹے پڑے ہیں اور
سخت فام قوموں میں عدم تحفظ کے احوال، پریشانی، اوصاف بدوگی کی کمیوں اتنی بہت
ہے، ادا کلت، معاف، ریڈیو، سینما اور ایسے ہی چمکدار اُٹھتے ہوئے پیشوں میں دھکے
کھانے خردوار رہیں!

۲۔ ایسی سرگرمیوں سے ابتلابہ کیجئے جہاں آپ کا روزی کھانے کے دس می سے
ایک ہوں بشوہیمینہ چینی کا نام، ہر سال ہزاروں اور کاشتکار لوگ ابتلا میں رہیں گے
بقیر کمان کا انجام کیا ہوگا ہمیں چینی کی کوشش کرنے لگتے ہیں، فریکان ایل بیٹ کر، ریل
اسٹیشن ٹرسٹ بلڈنگ فلاؤ لیا پر جو کچھ میٹا، وہ تقریباً مندرجہ ذیل ہے۔ میں سال سے
فریکان ایل۔ بیٹ کر کا سرکیم کے انتہائی کامیاب ہمہ فروشن میں شمار ہوتا ہے۔ ایل کا
دعوہ ہے کہ جو لوگ ہمیں چینی کا کام اختیار کرتے ہیں ان میں سے نوے فی صد اسی قدر
دل برداشتہ اور راپوں ہو جاتے ہیں کہ وہ ایک سال کے اندر اندر اس کام سے توبہ کر
لیتے ہیں اور جو ویں فیصدی اس سے چٹے رہتے ہیں۔ ان میں سے ایک فی صد کا حق تقریباً
نوے فی صدی ہمیں چیتے ہیں اور صرف دل فی صدی۔ دوسرے الفاظ میں یوں کہا جا
سکتا ہے کہ اگر آپ ہمیں چینی کا کام اختیار کریں تو آپ کے لئے ایک کے مقابلے پر پناہ ملے گا
نہ کا ہی ہے ہی اور آپ بارہ مہینوں کے اندر اندر اس سے دستبردار ہو جائیں اور سوئی
صرف ایک امکان ایسا ہے کہ آپ اس سے دل نہ راز ڈالیں کہ ان کی سبکیں اگر آپ ثابت قدمی
سے یہ کام کرتے ہیں تو ان میں سے صرف ایک امکان ایسا ہے کہ آپ اس سے معمولی
فروزیات سے کچھ زیادہ حاصل کر سکیں۔

۴۔ اپنی زندگی کو کسی چیز کے لئے وقف کر دینے کا فیصلہ کرنے سے
پہلے صفحے۔ اور اگر ہو سکے تو ہمیں ان کے متعلق حاصل کرنے میں صرف
کیجئے، کیجئے جو لوگ اس پیشے میں دل، میں، جاپس۔ مال صرف کر چکے ہوں، ان کے

انٹرویو کو کے۔

یہ انٹرویو آپ کے مستقبل پر نہایت گہرے اور دور رس افحاشات ڈال سکتے ہیں۔
یہ بیہات ذائقہ تجربے کا بنا رہکتا ہوں جب میں بائیس پوچیس سال کا تھا تو میں نے دو بڑے
آدمیوں سے مشورہ حاصل کیا۔ وہ مجھ میں اپنی گذشتہ زندگی پر غور و خوض ڈالتا ہوں میں دیکھتا ہوں
کہ یہ دونوں انٹرویو میری زندگی کے اہم محاذ تھے۔ اگر میں نے یہ انٹرویو نہ کئے ہوتے تو میرے
لئے یہ تصور کتنا بھی مشکل ہے کہ میری زندگی کس دھبہ کی ہوتی۔

پیشہ ومانہ رہنمائی حاصل کرنے کے لئے آپ یہ انٹرویو کیسے کر سکتے ہیں؟ ان کی وضاحت
کے لئے ہم فرض کر لیتے ہیں کہ آپ انجینئرنگ کی تعلیم حاصل کرنے کے متعلق سوچ رہے ہیں آپ کو
نیمہ صد کرنے سے پہلے اپنے اور قومی شہروں کے انجینیروں سے کچھ ہفتوں تک ملاقاتیں کرنی
چاہئیں۔ آپ کا میٹھا میٹھیلینڈن ڈائرکٹر ہے ان کے نام اور پتے حاصل کر سکتے ہیں اور آپ
ساتھ ملنے وقت کا تین گھنٹے کے ایک بیرون محلہ کے دفتر میں مل سکتے ہیں۔ اگر آپ
ملاقات کا وقت مقرر کرنا چاہتے ہیں تو انہیں قسم کا ایک خط لکھیے۔

اگر آپ دفتر میں اس قدر معروف ہوں کہ ملاقات کے لئے وقت نہ نکال سکیں مجھے
امید ہے کہ آپ مجھے نصف گھنٹے کے لئے اپنے گھر پر بلا کر شکور ہوئے کاموچ دیگیں۔

یہ کتاب سے مندرجہ ذیل سوالات پوچھنا چاہتا ہوں۔

لو اگر آپ کی اپنی زندگی دوبارہ شروع کرنے کا موقع ملے۔ کیا آپ پھر بھی انجینئر بننا پسند
کریں گے؟

ج۔ جب آپ میرا سامنا کر چکیں۔ تو کیا آپ بتا سکیں گے کہ میرے اندر وہ صعب خوبیاں اور
ملا جھٹیں موجود ہیں جو کامیاب انجینئر بننے کے لئے ناگزیر ہیں۔

ج۔ کیا انجینئرنگ کا پیشہ لوگوں سے پشیمان ہے؟
د۔ اگر میں چار سال تک انجینئرنگ کی تعلیم حاصل کروں تو کیا مجھے ملازمت مل جائے گی۔
اور ملے گی تو کس قسم کی؟

ک۔ اگر میری تعلیمیت اوسط میاں کی ہو تو میں پہلے پانچ سالوں میں کتنا روپیہ کماسکوں گا؟
و۔ انجینئر بننے کے فوائد اور نقصانات کیا ہیں؟
نہا۔ اگر میں آپ کا میٹا ہوتا تو کیا آپ مجھے انجینئر بننے کا مشورہ دیتے؟
اگر آپ شرمیلے ہیں اور کسی بڑے نشانے کا ہتھ متقابل کرنے سے گھبراتے ہیں تو مندرجہ ذیل دو تجویزیں آپ کی مدد کریں گی۔

اول۔ اپنی عمر کا کوئی دوست تلاش کیجئے جو آپ کے ساتھ جانے کے لئے تیار ہو۔ آپ دونوں ایک دوسرے کے اعتماد سے غائدہ اٹھاسکیں گے۔ اگر آپ کو اپنا کوئی ہم عمر ساتھ جانے کے لئے نہ ملے، تو اپنے والد کو اپنے ہمراہ لے جایئے۔

دوم۔ یاد رکھئے کہ اس شخص کا مشورہ بوجھ کو آپ اسے خراج تحسین کر رہے ہیں۔ آپ کی درخواست اس کی اتنا سیکھیں جتنی سیکھ سکتے ہیں۔ یاد رکھئے کہ بڑے ہمیشہ چھوٹوں کو نصیحت کرتے ہیں۔ انجینئر صاحب خالہ اس انٹرویو سے لطف اندوز ہوں گے۔

اگر آپ ملاقات کا وقت مقرر کرنے کے لئے خط لکھنے سے بچکے یا ہٹ محسوس کرتے ہیں تو وقت مقرر کے بغیر ہی اس کے مقصدی چلے جایئے اور اس سے کہجئے۔ اگر آپ مجھے کچھ مشورہ دے سکیں تو میں آپ کا بہت مشکور ہوں گا۔

فرز کیجئے کہ آپ پانچ انجینئروں کے پاس جاتے ہیں اور وہ سب کے سب معروف معیار اور میں تکن ہے کہ وہ فی الواقع معروف ہوں) پھر پانچ اور کے پاس جاتیئے۔ ان میں سے جس سے آپ کو ضرور مدد مل جائے گی اور آپ کو بھی یہ مشورہ دیں گے یہ مشورے نہ فرماں آپ کے لئے سالانہ ہونے سے کہانیں گے جنہاں آپ کو کوئی شک نہ ہو اور تعلیمیت سے بھی محفوظ

کہیں گے

یہ جو رکھے کہ آپ اپنی زندگی کے در بہت ہی اہم اور دوسری سناٹے کے حامل فیصلے کر رہے ہیں۔ اس میں کسی قسم کی غفلت نہ کیجئے، اس لئے کسی نتیجے پر پہنچنے سے پہلے سبقت جمع کرنے میں وقت صرف کیجئے، اگر آپ ایسا نہیں تو شاید آپ اپنی آدھی زندگی بھٹکتا رہیں گے۔

اگر آپ ایسا کر سکتے ہیں تو کسی موزوں سمت سے اس کا نصف گھنٹہ وقت اور شعور حاصل کیجئے۔

۵۔ یہ غلط عقیدہ اپنے دل سے نکال دیجئے کہ آپ صرف ایک ہی پیشے کے لئے موزوں ہیں، ہر نادر انسان ایک سے زیادہ پیشوں میں کامیابی حاصل کر سکتا ہے مثلاً میری مثال لیجئے اگر میری کاشتکاری، سائنسی زراعت، طب، فروخت کا دیہاتی اخبار کی ایڈیٹری، پمپل اگانا، درس و تدریس، اشتہار بازی، انتظام جنگلات یا باغبانی میں سے کوئی پیشہ بھی اختیار کرتا تو مجھے یقین ہے کہ مجھے ان میں کھوڑی بہت کامیابی حاصل کرنے اور اپنے کام سے لطف اٹھانے کا ضرور موقع مل جاتا۔ اس کے برعکس اگر میں کھیت نہیں، شیشی، انجینئرنگ، ہوٹل یا میکینری کا انتظام، میکا کی کاروبار یا شہر دوسرے پیشوں میں سے کسی کو منتخب کرتا تو مجھے یقین ہے کہ میں ضرور ناکام رہتا اور میری زندگی ناخوشیوں اور افسردگیوں اور دوسلوں میں گھری ہوتی +

میں نے میزبان کی باہر سڑاٹھی ٹیبل ٹن سے انٹرویو کیا یہ عورت دنیا میک کی شاخ نیویا مک اہو
 گھس کھینچا رنٹ سٹوروں کے گاکہوں اور ملازموں کو کئی سال تک مالی مشورے دینے
 کا فرض انجام دیتی رہی ہے اس نے ایک قلی سے لے کر جس کی سالانہ آمدنی ایک لاکھ ڈالر
 سے بھی کم ہوتی ہے ایک کاروباری تنظیم تک جس کی سالانہ آمدنی ایک لاکھ ڈالر سے بھی زیادہ
 ہوتی ہے ہر قسم کی آمدنی رکھنے والے ہر قسم کے لوگوں کی مدد کی ہے۔ انٹرویو کے وقت اس نے
 مجھے بتایا کہ اکثر لوگوں کی مالی پریشانیوں کا حل زیادہ آمدنی میں نہیں مل سکتا۔ فی الواقع میرے
 اکثر مخلصین کو آمدنی میں اضافہ ہونے سے سوائے اخراجات کے بڑھ جانے اور سروسز کی افاد
 ہونے کے کوئی نتیجہ سامنے نہیں ہوا۔ اکثر لوگوں کی مالی پریشانیوں کی وجہ یہ نہیں ہے کہ
 پاس کافی روپیہ نہیں ہوتا بلکہ یہ ہے کہ وہ اپنے روپے کو سیلف سے خرچ کرنے کے
 فن سے بے بہرہ ہوتے ہیں۔ آخری چلے پر آپ کو غصہ آیا ہے نا؟ لیکن دوبارہ غصے
 کا اظہار کرنے سے پہلے یاد رکھیے کہ مشنریل ٹن نے جو کچھ کیا ہے اس کا اطلاق سب لوگوں
 پر نہیں ہوتا۔ اس نے اکثر لوگوں کا جلد استعمال کیا ہے۔ اس کا مطلب آپ سے نہیں تھا، بلکہ
 آپ کی بہنوں سے تھا جنہیں آپ درجنوں تک شمار کر سکتے ہیں۔

بہت سے ظاہرین اپنے دل میں کہہ رہے ہوں گے کہ کاش میری بہنہ وارنخواہ میں سے
 اس سفر کے کاریگی کو میرے بل ادا کرنے ہوتے۔ میسری ذمہ واریوں کو نیہانا ہوتا
 اگر ایسا ہوتا تو میں شہر کا کرکٹ ہوں کہ وہ اپنا اسلوب گشت اور ضرور بدل دیتا۔ خیر
 یہاں ہی رہی میں بھی مالی مشکلات سے گزر چکا ہوں میں مسوری کے غلے اور گھاس کے
 کھیتوں میں روزانہ دس دس گھنٹے اپنا خون پسینہ ایک کیا کرتا تھا، مجھے اس جان توڑ
 کام کے عوض ایک گھنٹے کا ایک ڈالر پچاس سینٹ، ایک دو سینٹ بھی ملتے تھے، مجھے
 دس گھنٹے کے صرف پانچ سینٹ فی گھنٹہ ملتے تھے۔ اب یہاں کام کر چھوڑا کیونکہ یہ کرنے
 پر مجبور تھا۔ آخر میرے دل میں اس انتہائی جسمانی مشیت کے خلاف نفرت پیدا ہو گئی۔

آنا دھرنے کی خواہش کرنے لگا اور پھر ایک دن میں نے یہ زنجیریں توڑ ڈالیں۔
 میں جانتا ہوں کہ ایسے مکانوں میں رہنے کا کیا مطلب ہوتا ہے جن میں غلامانہ تو چھوڑ
 پانی کی فراہمی کا بھی کوئی انتظام نہ ہو یا یہ جانتا کہ ایسے کمروں میں سونے کے کچا ہوتے
 ہیں۔ جہاں درجہ حرارت نقطہ انجماد سے نیچے صاف نہ چلا ہو۔ میں جانتا ہوں کہ محض اس
 لئے میلوں کا چکر کھانا کہ جوتوں کا پاش بننا رہے اور ان کے اندر کسی قسم کا سوراخ
 نہ ہو، اندھا پننے پا جاسے کی پشت پر پیوند لگانے کا کیا مطلب ہوتا ہے۔ میں جانتا ہوں
 کہ ہول کار زماں ترین کھانا کھانے اور پتلون کو تھکنے کے نیچے رکھ کر سونے کے کیا معنی ہوتے
 ہیں۔ کیونکہ میرے پاس دھوبی کو استری کی اجرت دینے کے لئے کافی پیسے نہیں ہوتے تھے
 لیکن میں ان ایام میں بھی عام طور پر تھوڑی بہت دونیاں چونیوں ضرور پچا لیتا تھا۔
 کیونکہ میں کچھ نہ مہونے سے ڈرتا تھا۔ اس تجربے کے نتیجے کے طور پر میں نے عموماً کیا کہ
 اگر آپ یا میں قرضے یا مالی پریشانیوں سے گریز کرنا چاہتے ہیں تو ہمیں بھی وہی کچھ کرنا چاہیے جو
 ایک ہارورڈی غم کر رہا ہے ہمیں پچا آمدنی کو خرب کرنے کا منصوبہ بنانا چاہیے اور پھر اس
 منصوبے کے مطابق اپنے اخراجات سے سبکدوش ہونا چاہیے لیکن ہمارے اکثر بھائی ایسا
 نہیں کرتے مثلاً میرے عزیز دوست لیون سکن نے جو اس کتاب کو پھا پنے والی ذم کے
 جزیلی تجویزیں مجھے ایک عجیب جہالت کے متعلق بتایا کہ اپنے روپے پیسے کے معاملے میں اکثر لوگ
 جس کے متعجب ہوتے ہیں انہوں نے مجھے ایک کاپی کیہ کا قصہ سنایا جس کو وہ اچھی طرح جانتے
 ہیں، یہ کاپی کیہ اپنی ذم کا کام کرتے وقت اعداد و شمار میں بڑی اہمیت اور مہارت کا ثبوت دیتا ہے
 ۔ لیکن جب اس کے سامنے ذاتی اہلیات کو محل کرنے کے مسئلے آتے ہیں تو پھر.....
 خیر آپ ذہنی کیجئے کہ اس شخص کو مجھے کی شام کو تنخواہ ملتی ہے۔ وہ کیا کرتا ہے؟ تنخواہ ملے
 کر بانٹا کہ کی طرف نکل جائے گا۔ وہ ان کسی دکان کی کھڑکی سے اسے کوئی اور کوٹ نظر آ جائیگا
 اور وہ تھپٹ پٹ اسے خرید لے گا۔ اس ایک لمحے کے لئے مجھ پر یہ خیال نہیں آتا۔

تختہ میں زور دیا بدرا سے مکان کا کرایہ بجلی، پانی اور تمام قسم کے متفرق اخراجات ادا کرنے میں گئے نہیں صاحب، تو یہ کیجئے اس کی جیب میں نقد مال ہے اور اس کا سارا کام ہے اگرچہ ہر شخص جانتا ہے کہ جس ذمہ یہ وہ کام کرتا ہے۔ اگر وہ بھی لا ابدیاں اور حقیقت "شرعاً کرنے" تو چند دن کے اندر اندر اس کا دیوالہ کل جائے گا۔ یہ نکتہ قابلِ غور ہے۔ جہاں آپ کے روپے پیسے کا معاملہ ہو آپ خود ہی اس کے کاروبار میں لاہرہ نفعی مندوں میں اگر دیکھا جائے تو آپ کا یہ اختیار ہی آپ کے روپے کو بنانا یا بگاڑنا ہے۔

لیکن اپنے روپے کا نثر غلام رہنے کے لئے عین کون سے اصول استعمال کرنے چاہئیں ہم کس طرح اپنا میزانیہ اور منصوبہ بنائیں، مندرجہ ذیل گیارہ اصول ہیں، جو اس سلسلے میں آپ کی مدد کر گئے۔

اصل ۱: اپنی ضروریات کو ایک کاغذ پر لکھ لیجئے اور اپنے اخراجات کا حساب رکھئے۔

بچاک مال موتے جب آرنڈ میٹ نے لندن میں ناول نگاری شروع کی وہ بے حد منہل اور امانت دار ماں کا شکار تھا۔ چنانچہ وہ بائی پانی کا حساب رکھنے لگا۔ لیا اسے بھی تیب ہو کر اس امر پر کہ کہاں جا رہا ہے ہمیں اسے علم ہونا تھا۔ اسے یہ طریقہ اس قدر پسند آیا کہ دولت شہرت اور ایک پراسپیوٹ کشتی کا مالک ہونے کے باوجود اس نے اپنے اخراجات کا رھنما سلسلہ برقرار رکھا۔

جان۔ ڈی۔ براک میر کے پاس بھی ایک کھاتہ تھا۔ دولت کو دانا گئے اور سونے سے پہلے اسے اپنی پائی پائی کے متعلق واقفیت دینی تھی کہ وہ کہاں ہے یا کہاں نہیں۔

مجھے آپ کو بھی ایک نوٹ ایک سے کر سیکار ڈرکھنا شروع کر دینا چاہیے۔ کیا اپنی ساری زندگی کے لئے؟ نہیں ضروری نہیں، میزانیہ کے ماہری مشورہ دیتے ہیں کہ اہل کم از کم ایک سینہ لئے لے انجی پائی پائی کا صحیح اور درست حساب رکھنا چاہیے۔ اور اگر ممکن ہو تو تین مہینوں

کے لئے اس سے بھی ٹھیک ٹھیک اندازہ ہو سکتا ہے کہ ہمارے رویہ کیا جاتا ہے اور ہم اپنے میزانے کی ترتیب دے سکتے ہیں۔

اگر آپ جانتے ہیں کہ آپ کا رویہ کیا جاتا ہے؟ نیز ممکن ہے کہ آپ نہ جانتے ہوں، لیکن اگر جانتے ہیں تو آپ ہزاروں سے ایک ہی مسٹر ٹیلر کے بجائے بتائیے کہ لوگ اپنے رویے کے متعلق اور اعداد و شمار کچھوانے میں کھٹے لگا دیتے ہیں اور پھر جب وہ کاغذ پر منجمد کیجئے تو نوچلا اُٹھتے ہیں کہ میں! میرا رویہ اس طرح جاتا ہے! انھیں بمشکل ہی اس پر یقین آتا ہے۔ کیا آپ بھی ایسے ہی ہیں؟ ممکن ہے۔

اول ۲: درزی مارکے بجٹ بنائیے جو آپ کی ضروریات پر مبنی ہو۔ مسٹر ٹیلر کے بجائے بتائیے کہ دو خاندان ایک ہی ماحول میں ایک ہی جیسے مکانوں میں بائیں قریب قریب رہ سکتے ہیں۔ افراد خانہ کی تعداد بھی جیساں ہوتی ہے اور دنیا بھی برابر ہے۔ پھر بھی ان کے بجٹ کی ضروریات بنیادی طور پر ایک اور سے مختلف ہونگی۔ کیوں؟ اس لئے کہ لوگ نظر ثانی ایک دورے سے مختلف طبائع کے انکسار میں اس کا کہنا ہے کہ بجٹ ایک ذاتی اور عاداتی معاملہ ہے۔

بجٹ بنانے کے نظریے کا مطلب نہیں کہ زندگی کی تمام سرتوں اور خوشیوں کو بچھا کر الگ پھینک دیا جائے بلکہ اس کا مقصد اپنے لئے مادی تحفظ حاصل کرنا ہے۔ جس کا اکثر حالات میں معنوی جذباتی تحفظ اور پریشانی سے آزادی ہوتا ہے۔ جو لوگ میزانوں پر زندگی بسر کرتے ہیں، مسٹر ٹیلر کہتے ہیں: ”ذہنی دنیا میں سب سے زیادہ خوش باش انسان ہیں؟“

لیکن آپ کو اس کے متعلق کیا کرنا چاہیئے؟ اول جیسا کہ میں پہلے کہہ چکا ہوں، آپ کو اپنے تمام اخراجات کی ایک فہرست بنانی چاہیئے، پھر شورہ حاصل کیجئے۔ میں ہزاروں اس سے زیادہ آدمیوں کے شہروں میں فیملی و فیئر سوسائٹیاں ہوتی رہیں۔ اور آپ کو

نوشی سے مالی امور کے متعلق مفت مشورہ دیں گی اور آپ کی آمدنی کے مطابق آپ کو اپنا بجٹ بنانے میں مدد دیں گی۔

اصول ۲۔ سطحی اور عمیق آمدنی سے خرچ کرنا سیکھئے۔

اس سے میرا مطلب یہ ہے کہ اپنے روپے کی بہترین قدر قیمت متعین کرنا سیکھئے۔ تمام بڑی کمپنیوں کے پیشہ ورانہ بجٹ اور خریدار ہوتے ہیں، وہ اپنی ذمہ داریوں کے لئے بہترین خریدار سمجھا کرتے تھے سو انکے نہیں کرتے اپنی ذاتی جائیداد کے مالک اور غلط ہونے کی کیفیت سے آپ ایسا کیوں نہیں کرتے؟

اصول ۳۔ آمدنی کے متعلق اپنی سروردی میں اضافہ نہ کیجئے۔

مرتبہ پلٹنے نے مجھے بتایا کہ میں بنزائینوں کے متعلق مشورہ دیتے وقت سب سے زیادہ خوف کھاتی ہوں وہ پانچ ہزار ڈالر سالانہ کی خاندانی آمدنیاں ہیں، میں نے اس سے پوچھا کیوں؟ اس نے کہا کہ کیونکہ عام امریکی گھرانوں کی آخری منزل پانچ ہزار ڈالر سالانہ کی آمدنی حاصل کرنی ہوتی ہے۔ وہ کئی سولہ ٹیک عقل و شعور سے کام کرتے ہیں لیکن جب ان کی آمدنی پانچ ہزار ڈالر سالانہ ہو جاتی ہے تو وہ سمجھنے لگتے ہیں کہ ہم منزل پر پہنچ گئے ہیں۔ اور نت نئے سامان خرید کر دیتے ہیں۔ نوادہ جی بجٹیوں میں ایک مکان خرید لیا جائے، اس کی قیمت ایک ٹریٹ کے سالانہ کرایہ سے زیادہ نہیں ایک کار خرید لی جائے، بہت سا سفر بچہ بہت سے کپڑے۔ اور پہلی چیز آپ جانتے ہیں یہ ہوتی ہے کہ ان کی سروردی میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ فی الواقع وہ پہلے کی نسبت ابھی کم خوش باش اور سرور ہوتے ہیں۔ کیونکہ آمدنی کے اضافے کے ساتھ وہ اپنے پاؤں بھی بہت پھیلا دیتے ہیں۔

یہ تو بالکل قدرتی امر ہے ہم سب زندگی کو زیادہ سے زیادہ خود راہ چلتے ہیں لیکن انجام کار ہمیں کس چیز سے زیادہ مسرت ملے گی۔ اپنے آپ کو ایک متوازن اور خوش ہونے والے اندر رہنے پر مجبور کرنے سے یا بذریعہ ڈاک قرضہ اسوں کے تقاضوں کے غلط جواب دہ ہونے کے

سے اس سے کہ وہ ہمارے دروازوں پر دستک دیتے ہیں۔
 اصول ۵: ساکھ قائم کرنے کی کوشش کیجئے تاکہ آپ ضرورت کے وقت قرض
 لے سکیں۔

اگر آپ کو کوئی ناگہانی ضرورت پیش آگئی اور آپ محسوس کرتے ہوں کہ آپ قرض کی
 بغیر گذرانہیں کر سکتے، تو زندگی کے نیچے کی پالیسیاں، ویلفئرس، بانڈ اور سیونگز ٹریسٹیکٹ وغیرہ
 اعتبار سے سب کا رویہ ہے۔ تمام یقین کر لیجئے کہ اگر آپ کو نیچے کی پالیسیوں پر قرض لینا پڑے
 تو یہ دیکھ لیجئے کہ اس سے بچت کا پہلو کھلتا ہے یا نہیں کیونکہ اس کا مطلب کمیشن ویلیو ہو جائے یعنی
 نیچے جنہیں "سیوریٹی" سمجھتے ہیں، ایک وقت معینہ کے لئے بعض آپ کی حفاظت کے لئے
 ہوتے ہیں۔ اور ان کا کوئی ریٹرن و دیگرہ نہیں ہوتا ظاہر ہے کہ قرضہ حاصل کرنے کے سے بچنا
 لئے یہ پالیسیاں آپ کے لئے بے سود ہیں چنانچہ اصول یہ ہے کہ پالیسی پر دستخط کرنے سے
 پہلے آپ کو پوچھ لینا چاہیے کہ اگر ضرورت کے وقت آپ کو روپیہ منگنا پڑے تو کیا اس میں کوئی عیب ہوگا؟
 لیکن قرض کیجئے کہ تو آپ کے پاس بھی پالیسی ہے اور نہ کسی قسم کے بانڈ، جن پر آپ قرضہ
 حاصل کر سکیں لیکن آپ مکان کا ریا اسی قلم کی متنازعی شے کے تو ضرور مالک ہوں گے
 آپ کہاں سے قرض میں گئے؟ ظاہر ہے کہ بنک سے؟ اس ملک کے بنک نہایت سخت اصولوں کے
 پابند ہیں، ان کی ساکھ ہوتی ہے جو انہیں ملک کے اندر بہتر رکھنی پڑتی ہے جتنی سود کی شرح
 وہ لگا سکتے ہیں، وہ قانون کی رو سے متعین ہوتی ہے اور وہ آپ کے ساتھ مناسب برتاؤ کریں
 گے۔ اگر آپ مالی مشکلات میں مبتلا ہیں تو اکثر اوقات بنک آپ کے مسائل پر آپ کے ساتھ
 بحث کریں گے۔ آپ کے لئے منصوبہ بنائیں گے اور آپ کو قرضے اور پریشانی کے بندھنوں سے
 نکلنے میں مدد دیں گے۔ میں بار بار کہتا ہوں کہ اگر آپ کے پاس کوئی متوازی چیز ہے تو بنک
 کے پاس جائے!

قرض کیجئے کہ آپ ہزاروں لاکھوں لوگوں میں سے ایک ہیں جن کے پاس کوئی متوازی چیز

نہیں کوئی جبار انہیں اور اپنی تنخواہ یا مزدوری کے علاوہ ضمانت دینے کے لئے کوئی بھی شے نہیں
 پھر اگر آپ کی اپنی زندگی عزیز ہے تو اس تہذیب کو کان کھول کر سن لیجئے کہ کبھی بھی کسی ایسی شے
 خواہ کتنی سے ترشہ کی درخواست نہ کیجئے جس کے گمراہ کن اور جاذب ثلوث اثرات آپ
 اخبار پر پڑتے ہیں اگر اشتہارات ایسا اعتبار سے دیکھیں جائے تو یہ کمپنیاں عالم سے بھی زیادہ
 خیاں اور سخی نظر آئیں گی۔ شاید آپ کو انہیں نہیں آیا، بغیر ناہم بعض کمپنیاں ایسی بھی ہوتی ہیں جو
 دیا نہ دیا پامال اور امدادیں سچی ہوتی ہیں۔ وہ ان لوگوں کو بیچ دے جس میں خدمات
 مل رہی ہیں۔ یہ وہی سماجی یا مذہبی ضرورت سے دوچار ہیں اور وہ منہ لینے پر مجبور کمپنیاں
 ملتی ہیں۔ یہ دنیا وہ قبول کرتی ہیں لیکن ہمیں اب رائے کا یہی حال ہے کہ یہ دنیا
 بنیاد پر خطہ بہ دور منتظر بن کر رہے اور وہ دن کرے میں زیادہ ترجیح ملے گی تو صرف وہی
 معاملہ کرنے کے لئے سے پہلے اپنے بند میں جائیے، کسی ذمہ دارانہ سے بات کیجئے اور اس سے
 کہئے کہ وہ کسی ایسی کمپنی کا اپنا تہذیب جو اس کے خیال میں دیا نہ دے اور نہ۔ ورنہ۔ خبریں آپ کو
 ڈرا ہوں چاہتا لیکن اس کا انجام مرنے سے وہ سب بڑی واضح ہو جائے گا۔

کچھ دیر بعد جو کہیں ایسوس کے ایک اخبار نے درخواست کمپنیوں کے متعلق تحقیق کی جو ذریعہ طور پر
 ریل سیک فائڈیشن کے مرتب کردہ قواعد و ضوابط کے اندر کام کر رہی تھیں یہ ایک شخص
 کو جانتا ہوں جس نے اس تحقیق سے سلیبی کام کیا تھا۔ اس کا نام ڈاکٹر اسٹون ہے اور اس کا
 پورٹرفولیو میڈیکل کا ایڈیٹر ہے۔ سٹرانٹن نے مجھے بتایا کہ مضمونوں کے خوب لمبوتوں کا جو
 استعمال ہوتے اور ان سے ناجائز فائدہ اٹھاتے ہیں نے دیکھا ہے، ان کے ذکر سے آپ کے ذہن
 کھڑے ہو جائیں گے۔ جو ترجمے پچاس ڈالر سے شروع ہوتے تھے، وہ ادائیگی کرنے سے پہلے
 بڑھتے بڑھتے تین چار سو ڈالر تک پہنچ جاتے تھے ان کی مزدوریاں اور تنخواہیں ترقی کر لی
 جاتی اور جس شخص کی مزدوری ترقی ہو جاتی تھی اس کے اوقات اسے اس کی کمپنی گولی مار دی ایسی ہے

میں ہمارے ملک کے سٹوڈنٹس اور ریٹائرڈ سٹوڈنٹس اس صنف میں شمار کئے جاتے ہیں لیکن امریکی
 کمپنیوں کے برعکس یہاں کا کارکنان نظر دلاؤ انہیں کے ساتھ ہوتا ہے اور ان کے بہن بچے بھی نہیں ہوتے۔

لے شامہ شائیں موجود ہیں کہ جب کوئی تنوع وقت پر ادائیگی نہ کر سکتا، تو فرض کی جوئیں اس کے فریضہ اور گھر بار کے سامان کی قیمت کا اندازہ کرنے کے لئے قیمت کا اندازہ کرنے والوں کو اس کے گھر کیسے دینیں۔ اور یہ لوگ اس کے گھر کی معافی کر دینے! یہیں ایسے لوگ بھی ملے جو معمولی معمولی قرضوں پر تین چار سال سے ادائیگیاں کر رہے تھے اور ابھی تک وہ مقروض چلا رہے تھے، بغیر معمولی واقعات، دیکھیں لڑکے کے لالچہ کہ ہم نے اس قسم کے اتنے مقدسے حالت میں جمع کر کے کہ حج ۱۱ مان، ۱۱ مان پکارا ہے اور ہزاروں مقدسوں کا خیال رکھنے کے لئے خود اخبار کو بھی ایک شائیں بیورویتا تم کرنا پڑا!

ایسی چیز کے ممکن ہو سکتا ہے، وہی ہاں، اسی کا جواب بے شک آپ کو "غنیۃ" اور زائد قانونی مصلوں وغیرہ میں ملے گا۔ ترجمہ اہل کمنیوں سے معاملہ کرتے وقت یہ مصلوں یاد رکھنا چاہئے کہ اگر آپ کو کامل یقین ہے اور اس کے متعلق ذرا بھی شبہ نہ ہو، یہ جلد از جلد قرضہ چکا ہے، یہ جو ایک سہولت ہے، جو ہم نے اس وقت کی دیکھا کہ اس کا کیا ہوتا ہے، اس سے سے چھاپیں گے لیکن اگر آپ کو تجویز کو اپنی ہے اور تجدید لانے چلے جا رہے ہیں، آپ کو یاد رہے کہ ہندسوں تک بڑھ جائے گا جو آئین شائیں جیسے ریاضی دان کا بھی سر پر اوپر ملے، دیکھیں مجھے بتایا کہ بعض حالتوں میں اضافی فیس بڑھتے بڑھتے اصل زر سے وہ ہزار فیصدی زیادہ ہو گئی، پچیس یا دوسرے افغاناں ہجاک کی شرح سے بچے سو گنا زیادہ اصول ۶۔ بیارنی الگ اور دوسری ناگہانی ضرورتوں کے اخراجات کے لئے اپنا تحفظ کیجئے۔

تمام اقامت کے حادثوں، آفتوں اور اسکاٹلی ناگہانی ضرورتوں کے لئے نسبتاً کم رقموں پر بیمہ مل جاتا ہے، میں نہیں کہتا کہ آپ بھلانے کے لئے ٹب میں گرتے سے لے کر چھک جی مبتلا ہونے تک ہر چیز سے اپنا تحفظ کر لیجئے۔ لیکن میں اتنا ضرور کہوں گا۔ آپ کی بڑی بڑی قسم کی آفت کا ضرر متاثر کر کر لینا چاہیے، من پر آپ کا رویہ صاف ہو تب سے اور بعد میں پریشانی اور

پیشانی بہوتی ہے۔

شلائی ایک عورت کو جانتا ہوں، اسے پچھلے سال دس دن تک ایک ہسپتال میں رہنا پڑا اور جب وہ باہر نکلی اسے صرف آٹھ ڈاکہ ایک ہن پش کیا گیا۔ جواب؟ اس کے پاس ہسپتال کا بیمہ تھا۔

اصول :- اپنی زندگی کے نیچے کی آمدنی اپنی بیوہ کو یکمشت دست دلائیے۔ اگر آپ کے پاس زندگی کا بیمہ ہے جس سے آپ کے انتقال کے بعد آپ کے گھر والوں کا بخوبی محرابہ مل سکے تو آپ سے التجا کرتا ہوں کہ اپنے نیچے کی آمدنی کی رقم اپنی بیوہ کو یکمشت دست دلائیے۔

نیارہ پیہ پاکرئی نمی بیوہ کا کیا حشر ہوتا ہے اس کا جواب مندرجہ ذیل ایس ایرلی کی زبان میں ہے۔ وہ انسٹیٹیوٹ آف لائف انشورنس ۶۹ ایرٹ ۴۶ دیں گئی، نیویارک شہر کے شعبہ خواتین کی صدر ہے، وہ امریکی بھر کی خواتین کنبوں کے سامنے تقریری کرتی ہے کہ زندگی کے نیچے بیوہ کے لئے زندگی بھر کی آمدنی کا انتظام کرنا اس کے کہیں زیادہ بہتر ہے کہ اسے یکمشت ساری رقم نقد ادا کر دی جائے وہ ایک بیوہ کا ذکر کرتی ہے جسے میں ہزار ڈالر نقد ملے اور اس نے یہ رقم اپنے بیٹے کو موٹروں کا کاروبار چلانے کے لئے اُدھار دے دی، کاروبار نفل ہو گیا اور وہ اب بالکل تہی دست اور تلاش عورت ہے۔ وہ ایک دوسری بیوہ کے متعلق بتاتی ہے جسے جائیداد غیر منقولہ کے ایک چالاک سیل میں نے ترغیب دی کہ اگر وہ اپنے بیٹے کے رقبے سے ملاڑی کے ٹکٹ خریدے گی تو ہم ایک سال کے اندر اندر دو گنی ہو جائے گی۔ تین سال کے بعد اس نے یہ ٹکٹ قیمت خرید کے پانچ گنے کے عوض فروخت کر دیے۔ وہ ایک اور بیوہ کے متعلق بتاتی ہے جسے اپنے شوہر کے انتقال پر نیچے سے پندرہ ہزار ڈالر ملے تھے لیکن بارہ مہینوں کے اندر اندر اسے اپنے بچوں کی پرورش کے لئے نجی سپردی اطفال کو درخواست دی تھی پڑی۔

اگر کسی عورت کے ہاتھ میں ہمیں نزار ڈال چھوڑ دیئے جائیں تو وہ عام طور پر سات سال
 کے کم عرصے میں ختم ہو جائی گے۔ یہ بیان نیویارک پوسٹ کے مدیر مالیات سلواہا۔ امیں پوڈ
 نے میڈیز پر ہونے والی لکھا تھا۔

کئی سال ہوئے میڈیز سے ایوننگ پوسٹ نے اپنے ایک ادارہ میں لکھا تھا کہ یہ ایک
 ضرب امشل بن گئی ہے کہ ایک عام بیوہ جسے کسی قسم کی کاروباری حریمیت نہ دیا گیا ہو اور جسے
 مشورہ چھینے کے لئے کوئی منکر نہ ہو اس تک رسائی پانے والا ادیس اور چالاک یلزمین بڑی آسانی
 سے اس کے پیسے کی رقم کو لوٹ لیتا ہے کہ اسے گریہ دیتی قسم کے شاگ ہیں لگانے کے لئے آمادہ کر
 سکتا ہے ہر گھیل یا بیکامی ورجنوں میں گن سکتا ہے کہ ایک کفایت خوار اور جبریں آدمی نے
 بڑی قربانی اور نفس کشی سے پیسے پیسہ جوڑ کر روپیہ بنایا تھا اور اس کی عمر بھر کی بچہ جتنا چند منٹوں
 میں پانی کی طرح بہا دی گئی تھی اس لئے کہ سادہ ولی اور دنیا کے ہتھکنڈوں سے نواہت
 کیا بیوہ یتیم نے کسی چالاک اور بدعاش شخص پر بھروسہ کر لیا جو نہ صرف اپنی نگوٹ کو اپنی زری
 کما لے

لگا آپ اپنی بیوہ اور بچوں کا تحفظ کرنا چاہتے ہیں۔ تو آپ کو بچے کو اپنی مارگن کے طریقہ کار پر عمل کرنا
 چاہئے۔ وہ اپنے زمانے کا ایک کا ایک نہایت ہی بھدار اور دانا ماہر مالیات تھا۔ اس نے اپنے وراثت
 نامے میں سو دس ترکہ پانے والوں کے لئے روپیہ چھوڑا۔ ان میں سے بارہ خواتین تھیں جن نے عورتوں
 کے لئے عمر بھر کے لئے اموال آمدنی کا ذمہ لیا۔

اصول ۸۔ اپنے بچوں کو روپیے سے متعلق ذمہ دار بنادھ ویہ اختیار کرنا سکھائے!
 ایک باری نے یورٹائف سیکرین بی ایک تجویز پیش کی تھی اسے میں کبھی نہیں بھلا سکوں گا اس کی
 معصفت سٹیل اسٹین سل یہ بیان کر رہی تھی کہ اس نے اپنی چھوٹی بچی کو روپے کے متعلق ذمہ داری کل
 حساس کن کس طرح سکھایا تھا اس نے بنک سے چیک کا ایک نمونہ لیا لی اور لکھا اپنی نو سالہ
 بیٹی کو دے دی جبکہ اس کی کوٹھنے کا عجیب ترپا لیا جاتا۔ تو وہ ساری رقم اپنی اسی کے پاس

بج کر اوتی، جو اس کے منوں کے لئے بنگ کا کام کرتی پھر پہنچے بھر کے دوران میں جب کبھی اسے ایک یا دو صینٹ کی ضرورت ہوتی، تو وہ اس رقم کے لئے چیک کا نئی ادائیگے فاصلات کا حساب رکھتی۔ چھوٹی بچی کو اس میں نہ صرف لطف آتا بلکہ اس کے اندر روپے کو سنبھالنے کی تحقیقی ذمہ داری کا احساس بھی پیدا ہو گیا۔

یہ ایک بڑا عمدہ طریقہ ہے، اگر آپ کو کوئی بچہ یا بچی ہے جس نے غریبوں میں پڑھنے کے قابل ہے اور آپ اسے روپیہ سنبھالنے کی ذمہ داری کھانا چاہتے ہیں تو آپ کے غور و فکر کے لئے میں مندرجہ بالا تجویز کی سفارش کرتا ہوں۔

اصول ۹ :- اگر ضرورت ہو، تو اپنے باورچی خانے کے صندوق سے فالتور روپیہ بنائیے۔ گھر اپنے اخراجات کا سلیقہ اور نگہداری سے میزائید بنانے کے بعد بھی آپ یہ عموماً کرتے ہیں کہ آپ کے پائل کو ذرا اوقات کے کافی روپیہ نہیں ہے تو آپ ان میں سے ایک کام کر سکتے ہیں کیسے ہنبر روپیہ کمانے کے لئے آپ کو صرف اتنا کرنا ہے کہ کسی اہم ضرورت کو پورا کرنے کی کوشش کیجئے جو ابھی تک مناسب طور پر پوری نہ کی گئی ہو۔ سنہ ۱۹۵۹ء میں ۳۷۴ روپیہ کھلی بنیس ہائٹس نیویارک نے تویہ کیا تھا۔ ۱۹۵۹ء میں وہ بین کردوں کے فلیٹ میں زندگی گزارنے کے لئے کیسلی رہ گئی۔ اس کا شوبہ مرجٹا اور اس کے دونوں بیٹیوں کے شادیاں ہو چکی تھیں۔ ایک روز وہ پان سوڑے کی دکان سے کچھ آٹس کریم کے لئے کھانے لگی۔ اس نے دیکھا کہ دکان والا جویا نیٹا فروخت کر رہا ہے وہ اس اور شریہ نظر آتی ہے۔ اس نے دکاندار سے پوچھا۔ کیا آپ میرے گھر کی بی بی کو ملی پائیاں خریدیں گی؟ دکاندار نے دوکار ڈرو سے دیا۔ اگر بی بی خود اچھی طرح کھانا پکا سکتی تھی :-

۱۔ ایک قسم کا انڈی کھانا، اوپر اسے پیڑھی جمی ہوتی ہے۔ اور اندر گوشت ترکاریاں پھل کے ہوئے ہوتے ہیں۔ ہوریہ بھائی گیٹ کے اندر اس قسم کے نان بنائے جاتے ہیں۔

مسنر پیپے مجھے اپنی کہانی سناتے ہوئے کہا۔ "میسکھ جب ہم جا رہی تھی سرستے قلعے میرا کام ہیشہ تو کیکر کھانے تھے اور میں نے اپنی ساری زندگی میں صرف کھیر سے زیادہ پائیا نہیں بنائی ہوگی۔ اس آرڈر کے ملنے پر مجھے ایک پڑوں سے پوچھنا پڑا کہ سیب کی پائیاں کسے بنائی جاتی ہیں خیراں دکان کے گاہک میرے گھر کی سی ہوئی یا نہیں سے خوش ہو گئے ان میں سے ایک سیب کی تھی اور دوسری میو کی دکاندار نے اگلے روز پانچ کا آرڈر دے دیا۔ پھر آج آہستہ دوسری دکانوں اور بیچ گھرؤں سے بھی آرڈر وصول ہونے لگے۔ دو سال کے اندر اندر میں سالانہ پانچزار پائیاں بنانے لگی۔ اب تک میں سارا کام خود ہی کر رہی تھی اور وہ بھی چھوٹے سے باورچی خانے میں۔ مجھے اس کام سے ایک ہزار ڈالر سالانہ کی آمد ہو رہی تھی اور پائیاں کے اجزاء کے علاوہ کہیں ایک پیسے کا بھی خرچ نہیں ہوتا تھا۔"

مسنر پیپے کی گھر طومر ٹری کی مالک۔ اس قدر بڑھ گئی کہ اسے اپنے تنگ باورچی خانہ سے نکل کر ایک دکان کرائے پر لینی پڑی اور مدد کے لئے دو لڑکیاں ملازم رکھنی پڑیں۔ اس نے اب بیس پیمانے پر پائیاں، ایک رول کیم اور ڈبل روٹیاں بنانے کا کام شروع کر دیا۔ جنگ کے دوران میں لوگ اس کی خانہ ساز اشیا کو خریدنے کے لئے گھنٹہ گھنٹہ پھر لائن بنا کر کھڑے رہا کرتے تھے۔

مجھے زندگی بھر اتنی زیادہ خوشی کبھی حاصل نہیں ہوئی مسنر پیپے نے کہا۔ "میں ہر روز وہ پر بارہ سے چودہ گھنٹے تک کام کرتی ہوں لیکن کبھی بھی اتنا بٹ غمگس نہیں ہوتی۔ کیونکہ یہ میرے لئے کام نہیں ہے بلکہ میں اسے اپنا شغل سمجھتی ہوں، میں لوگوں کو خوشی پہنچانے کے لئے اپنا تھوڑا بہت خرچ ادا کر رہی ہوں۔ میں اس قدر معروف رہی ہوں کہ مجھے کبھی بھی تنہائی یا پریشانی کا احساس نہیں ہوتا، میری والدہ اور میرے شوہر کے انتقال کرنے اور میری بیٹیوں کی شادی ہو جانے کے بعد میری زندگی میں جو خلا پیدا ہو گیا تھا اسے کام نے اسے پُر کر دیا ہے۔"

جب میں نے سرسبزیر سے دھچکا کر جو عورتی اچھی باورچن ہوں، کیا وہ بھی دس ہزار یا اس سے زیادہ آبادی والے شہروں میں اسی طریقے سے اپنے خاندان وقت چلا رہا ہو سکتا ہے تو اس نے جواب دیا: "ہاں کیوں نہیں وہ کیا سکتی ہیں؟"

مسٹر ادراسینڈ کی کہانی بھی اسی قسم کی ہے۔ وہ مے ڈو (مینی اپسپس) میں رہتی ہے اور اس ٹھہر کی آبادی تیس ہزار کے لگ بھگ ہے اس نے اپنے باورچی خانے کے چولہے اور مک سینٹ تھیمٹ کی چیزوں سے اپنا کاروبار شروع کیا تھا، اس کا ٹھہر بیمار ٹر گیا۔ آدمی کا کوئی ذلیعہ نہ رہا۔ اور وہ روپیہ کمانے پر مجبور تھی لیکن کیسے؟ کوئی تجربہ نہیں کوئی حیرت نہیں، کوئی فن نہیں، کوئی سرمایہ نہیں، صرف ایک ٹھہر ملو عورت اور اتنا بڑا مسئلہ اس نے کیا کیا؟ کھڑی سی چینی اور ایک انڈے کی سفیدی لی اور اپنے باورچی خانے کے چولہے پر کچھ پیٹ لی تائی پھر اس نے اچی کینڈی کا برتن اٹھایا اور ایک سکول کے قریب جا کر کھڑی ہو گئی۔ جب بچے باہر نکلنے لگے تو وہ ان کے پاس ایٹ کوٹانی پنس بیچنے لگی۔ کل اور پیسے لانا اس نے بچوں سے کہا۔ یہاں ہر روز گھر سے کینڈی بنا کر لایا کر دیا گیا۔ پہلے سفتے ہی میں اسے آتا منافع ہوا اس کا حوصلہ بڑھ گیا اور وہ تندرستی سے کام کرنے لگی۔ وہ نہ مرن اپنے بچوں، اور اپنے خاندان کا سامان جیسا کہ رہی تھی بلکہ اب کیلئے بریٹان ہونے کی بھی کوئی وجہ نہیں رہی تھی۔

مے دو کی یہ چپ چاپ، خاموشی اور مٹین گھرو ملو بیوی اس قدر آرزو مند اور پر عزم تھی کہ اس نے اپنا کاروبار پھیلانے کا فیصلہ کر لیا۔ اور وہ ایک اینٹ رکھے گی جو اس کے باورچی خانے کی بنی ہوئی کینڈی پر رشوادر کو تھیلے شکا گوئی بیچے گا وہ شرماتی ہوئی ایک اطالوی خواجہ خردش کے پاس گھا جو اس کی نگلی میں موگت پھلی بیجا کرتا تھا۔ اس نے اپنے کندھے سے سیرے اور سربنایا اس کے کانوں کو کینڈی کی نہیں، مزنگ بلی کی ضرورت تھی۔ اس نے اسے غور نہ دکھایا، اس نے چکھا اور اسے لینے کیا اجازت پر وہ ان کی کینڈی بیچنے لگا اور پہلے ہی روز سرسبزیر کو متحول نفع پہنچا۔ چار سال بعد جب اس نے اپنا ہاسٹوڑ کا گوئی کھولا، یہ صرف اٹھ فٹ چوڑا تھا، وہ

مات کے وقت کینڈی بنائی اندون کو بھیتی، اس سابقہ شریلی عورت کے، جس نے اپنے باورچی خانے کے چولہے سے اپنی کینڈی کی کینڈی شروع کی۔ اب سترہ سٹوڈیہ جن میں پندرہ تنگاگو کے تہایت بارونق مصوں میں ہیں۔

یہ یہاں اسی نکتے کی وضاحت کرنا چاہتا ہوں کہ جسکی ہائیٹی (نیو یارک) میں نیلی پیٹراؤ نے دو ڈرامی (ایمپس) میں مسز اور اسینڈر نے اپنے اخراجات کے متعلق پریٹن ہونے اور جی جیلانے کے بجائے کچھ شہت کا کیا۔ انہوں نے ہاکل چھوڑے پیمانے پر اپنے باورچی خانے کے چولہے سے مدد پر کمانے کا ہم شروع کیا۔ کوئی سرمایہ نہیں، کوئی نشر و اشاعت کا ذریعہ نہیں، کوئی پروپیگنڈا نہیں، کوئی تنخواہ نہیں اگر کچھ کرنے کا عزم ہو تو ان حالات کے باوجود یہ ناممکن ہے کہ کوئی عورت مالی پریٹنوں سے شکر ت کھا جائے!

اپنے گرد و پیش نظر دوڑائیے، آپ کو ایسی بہت سی ضرورتی نظریاتی گئی جو ابھی تک پوری نہیں کی جاسکیں۔ اگر آپ اچھے باورچی بننے کی تربیت حاصل کر لیں تو آپ اپنے باورچی خانوں میں نوجوان لڑکیوں کو مختلف قسم کے کھانے پکانے کا کام کھانے کی کلاس کھول کر پیشہ کر سکتے ہیں، آپ دروازوں کی گھنٹیاں بجا کر روپیہ اکٹھا کر سکتے ہیں۔

ایسی کتابیں بھی لکھی گئی ہیں جن میں فالٹو وقت میں روپیہ بنانے کی ترکیبیں اور طریقے بتائے گئے ہیں۔ اپی پبلک لائبریریوں میں تلاش کیجئے آپ کو ایسی بے شمار کتابیں مل جائیں گی، مردوں اور عورتوں — دونوں کے لئے یکساں مواقع موجود ہیں۔ لیکن ایک تنبیہ ضروری ہے جب تک آپ یہ فرحت کرنے کا فطری مادہ نہ ہو، کھڑکھڑ کر اپنی چیزیں بیچنے کی کوشش کیجئے۔ اکثر لوگ اس لاش کو ناپسند کرتے ہیں۔

احول۔ ۱۔ کبھی جوان نہ کھیلے۔

مجھے ہمیشہ ایسے لوگوں پر تعجب ہوتا ہے جنہیں کھوڑوں پر روپیہ لگا کر یا سٹیشنوں کی انٹی ڈال کراڈی کی امید ہوتی ہے۔ یہ ایک شخص کو جانتا ہوں، اس نے ایسی چیزوں کا

رد پیر بنایا جاسکتا ہے مصنف کا کوئی ذاتی مقصد نہیں ہے۔ وہ صرف یہ بتاتا ہے کہ تواریخ بازوں کے عام طریقوں میں کون سے حالات آپ کی کامیابی کے خلاف کام کر رہے ہوتے ہیں اور جب آپ ان حالات کی نزدیک پہنچ جائیں گے تو ان غریب خامکاروں اور ناجزبہ کاروں پر زور آئے گا جو اپنی کار سے پسپے کی کئی کھڑی دہائی جوئے بازی سے لے کر سلاطین کی تھنیت پر چڑھا دیں، اگر آپ کا جی کو پیچلائے، پوکر کھیلنے یا کھڑی دوڑیں روپڑھانے کیلئے بچائے، تو خواہ اس کی قیمت کچھ بھی ہو، آپ کو یہ کتاب سو۔ بلکہ ہزار گنا زیادہ نامدہ پہنچا سکتی ہے۔

اصول اگر ہم حتی الامکان اپنے مالی حالات کو بہترین بنا سکتے ہیں، ہمیں کم از کم اپنی ذات پر رحم کرنا چاہیے، اور جو بدل نہیں سکتا اس پر زور دہ نہیں ہونا چاہیے۔

اگر ہم اپنے مالی حالات کو بہتر نہیں بنا سکتے، ہم کم از کم اس کے متعلق ذہنی رویہ تو تبدیل کر سکتے ہیں یا دیکھنا چاہیے کہ دوسرے لوگوں کو بھی پریشان ہوتی ہیں، ہم غالباً اس سے پریشان رہیں گے۔ کم از کم زیادہ کی برابری نہیں کر سکتے لیکن زیادہ شاید اس لئے پریشان ہے۔ کہ وہ کچھ کمزور ہے۔ اور کچھ غالباً اس لئے پریشان ہے۔ کہ غمو کی برابری نہیں کر سکتا۔

امریکہ کی بعض مشہور ترین کمپنیوں کو مالی مشکلات پیش آتی رہی ہیں جب تک کہ وہ ان کے پروردگار کے منتخب ہوئے تو ان دونوں کو کم از کم انتہائی کم سے موقع پر روپیہ قرض لینا پڑا تھا۔

اگر ہماری تمام خواہشات اور آرزوئیں پوری ہوں، تو ہمیں پریشانی اور آخر و گئی اپنے عرصہ حیات کو تلخ اور اپنی صورتوں کو مسخ کر لینا چاہیے، ہمیں اپنے آپ پر جبر بان بنانا چاہیے ہمیں اس کے متعلق فلسفیانہ نقطہ نظر اختیار کرنے کی کوشش کرنی چاہیے۔ آپ کے پاس جو پودہ موجود ہے۔ اگر آپ کی نظروں میں وہ نامانی ہے۔ روم کا عظیم ترین فلسفی نیکو کہتا ہے۔ پھر اگر آپ ساری دنیا کے بھی الگ کیوں نہ ہوں، آپ ہمیشہ اتر رہے اور پریشان ہی رہیں گے۔

ہمیں یاد رکھنا چاہیے کہ اگر ہم سارے امریکہ کے گرد باڑ دگا کر اس کے مالک بھاگ جائیں، ہم ایک دن میں صرف تین دھند کھانا کھا سکتے ہیں، پھر ایک وقت میں وہ ایک ہی بستر پر سو سکتے

ہیں۔

- مالی پریشانیوں دور کرنے کے لئے مندرجہ ذیل گیارہ اصولوں پر عمل کرنا چاہیئے۔
- ۱۔ اپنی ضروریات کو کاغذ پر لکھ لیجئے اور اپنے اخراجات کا حساب رکھئے۔ ۲۔ درزی ملکہ بچٹ بنائیے جو آپ کی ضروریات پر بالکل فٹ آئے۔ ۳۔ سلیقے اور عقلندی سے خرچ کرنا سیکھئے۔ ۴۔ آمدنی کے متعلق اپنی دوسری ہی افراط نہ کیجئے۔ ۵۔ ساکھو قائم کرنے کی کوشش کیجئے تاکہ آپ کو ضرورت کے وقت قرض لی سکے۔ ۶۔ بیماری، آگ اور دوسری ناگہانی ضرورتوں کے اخراجات کے لئے اپنا تحفظ کیجئے۔ ۷۔ اپنی زندگی کے سب سے قیمتی اثاثے اپنی بیوہ کو ہمیشہ وراثت دلائیے۔ ۸۔ اپنے بچوں کو روپے پیسے کے متعلق ذمہ داریاں مدیر اختیار کرنا سکھائیے۔ ۹۔ اگر ضرورت پڑے اپنے باورچی خانے کے چولہے سے فائوور پر یہ کیا ئیے۔ ۱۰۔ کبھی جوا نہ کھیلئے۔ ۱۱۔ اگر آپ حق الامکان اپنی مالی حالت کو بہتر نہیں بنا سکتے تو آپ کم از کم اپنی ذات پر توجہ مرکب کرنا چاہیئے اور جو بدل نہیں سکتے اس پر کڑھنا اور آدرہ نہیں سونپنا چاہیئے۔



حصّہ دہم

”میں پریشانیوں پر کیسے غالب آیا“

سچی کہانیاں

امیری چھ بڑی مشکلات!

از سکا آئی۔ بلیک وڈ
پر پرائیڈ بلیک وڈ۔ ڈیوس بزنس کالج

اوکلاہاماٹی (اوکلاہاما)

۱۹۲۲ء کے موسم گرما میں مجھے یوں محسوس ہوتا تھا کہ دنیا کی نصف بلائیں مجھ پر
سوار ہو گئی ہیں۔

چالیس سال سے زائد عرصے تک میں بے ٹکری کے مارل زندگی بسر کرتا رہا تھا، مجھے
صرف اپنی عام مشکلات سے واسطہ پڑتا رہا جس سے ایک اوسط درجے کا شوہر باپ یا بیٹا
میں دم چاہہ ہو سکتے ہیں ان مشکلات پر آسانی سے قابو پالیتا تھا لیکن اچانک سہ اُف!
اُف!! اُف!! اُف!! اُف!! اُف!! اُف!! اُف!! اُف!! اُف!! اُف!! اُف!! اُف!! اُف!! اُف!! اُف!! اُف!!
بھر جاتا وہ رشتہ میں پڑا کر ڈیڈ سٹار اور دن پڑھنے کے خیال سے لرزہ برپا ہوتا تھا
کیونکہ مجھے یہ چھ بڑی مشکلات درپیش تھیں۔

۱۔ چونکہ تمام لڑکے فوج میں بھرتی ہو کر بہت بے جا رہے تھے، میرا بزنس کالج مالی
مشکلات کے بار پر بہت ہی کے غار پر کھڑا تھا۔ لڑکیوں کی ایک کثیر تعداد بھی جا چلی تھی کیونکہ وہ
تربیت حاصل کرنے بغیر جنگی کارخانوں میں کاروباری حضروں میں کام کرنے والے تربیت یافتہ

کریچیاٹیوں کی نسبت زیادہ کم رہی تھیں۔

۲۔ میرا سب سے بڑا بیٹا جنگی محاذ پر جا چکا تھا اور عام والدین کی طرح جن کے بیٹے

میدان جنگ میں ہنر و آزمائشوں، میز و لب بھی ڈانٹاں ڈول ہو رہا تھا

۳۔ ادا کا ہاں شہر میں ایک ہوائی اڈہ بننے کی تجویز پاس ہو چکی تھی۔ اور اس مقصد کے

لئے کافی بڑے رقبہ زمین پر قبضہ کرنے کی کارروائی شروع کی جا رہی تھی۔ میرا گھر۔ ماس سے

پہلے میرے باپ کا گھر۔ اس قطعہ زمین کے عین مرکزی واقعہ تھا۔ میں جانتا تھا کہ مجھے اس

کی قیمت کا صرف دو سو ادا کیا جائیگا اور تمام بالائے ستم میرا گھر چھن جائیگا اور مکانوں کی

تعلت کی وجہ سے میں پریشان تھا کہ مجھے کیا مکان بھی مل سکے گا جہاں میرے کہنے کے چھ افراد

اپنے سر چھپائیں۔ میں ڈرتا تھا کہ کہیں میں خیموں میں نہ رہنا پڑے اور پھر یہ بھی تو پریشانی تھی

کہ نیچے خریدنے کے لئے پیسے کہاں سے آئیں گے، ہم میں اتنی استطاعت ہی کہاں تھی۔

۴۔ ہمارے کمزور بچے پانی حلق۔ ہو گیا تھا کیونکہ ہمارے گھر کے قریب پانی کی ٹھاسی کے

لئے ایک ہنر کھودی گئی تھی، نیا کنواں لگوانے کا مطلب یہ تھا کہ پانچ سو ڈالر پر ناتھ پڑھ

دی جائے کیونکہ زمین کے قبضہ ہونے کا اندیشہ تھا، میں دو ہفتوں تک اپنے گھر والوں کو

بالٹیوں میں پانی لاکر دیتا رہا اور مجھے ڈرتا کہ یہ سلسلہ جنگ کے اختتام تک جاری رہے گا۔

۵۔ میرا بیٹا کالج میرے مکان سے دو میل دور تھا اور میرے پاس بی بی پیٹریول کا روٹ

تھا اس کا مطلب یہ تھا کہ مجھے نئے مارٹر نہیں مل سکتے تھے اس لئے میں بھی پریشان تھا کہ

جب میرے پرانے اور فرسودہ مارٹر چھٹ جائیں گے۔ پھر کیا کروں گا۔

۶۔ میری بیٹی وقت سے ایک سال میٹرک کر چکی تھی اور اب وہ کانٹن میں داخل ہونا

چاہتی تھی لیکن مجھ میں اتنی استطاعت نہ تھی میں جانتا تھا کہ اس سے اس کا دل ٹوٹ جائیگا

ایک سو پندرہ سو چھ اپنی پریشانیوں کے متعلق سوچ رہا تھا میں

انہیں کاغذ پر لکھنے کا ارادہ کر لیا کیونکہ ایسا معلوم ہوتا تھا کہ کسی کو اتنی پریشانیوں کا حق نہیں

ہوتی ہوں گی۔ اگر مجھے ان کے مل کرنے کا موقع ملتا تو میں شاید کبھی بھی ہر ساں نہ ہوتا۔ مکمل اب معاملہ بالکل قابو سے باہر نظر آتا تھا۔ چنانچہ مجھے ایک تجویز سوچی، اپنی شکایت کو ایک کاغذ پر لکھ کر دیا اور اس کاغذ کو خالی میں بند کر کے رکھ دیا کسی چینیے گزر گئے اور مجھے آج بھی یاد نہ رہا کہ میں نے انہیں کبھی لکھا بھی تھا۔ اٹھارہ چینیے کے بور ایک روٹی میں اپنی غلطیوں کو اکٹھا کر کے رکھا تو مجھے چھ پریشانیوں کی ایک فہرست یاد آئی، جو ایک زمانے میں میری صحت کا دیوالہ بنگالنے کی دھمکی دے رہی تھیں، میں نے انہیں بڑے شوق اور دلچسپی سے پڑھا۔ اب مجھے معلوم ہوا کہ ان میں سے کچھ بھی نہیں ہوا تھا۔

۱۔ میں نے دیکھا کہ برنس کالج کے بندہ ہو جانے کے متعلق میری ساری پریشانیاں بے بنیاد تھیں، حکومت نے فوجی سپاہیوں کی تربیت دینے کے لئے پرائیویٹ سکولوں اور کالجوں کی خدمات حاصل کر لی تھیں اور انہیں معاوضہ ادا کیا جا رہا تھا۔ بعد میں میرا کالج بھی طلباء سے بھر گیا۔

۲۔ میں نے دیکھا کہ اپنے بیٹے کے متعلق میری ساری پریشانیاں بے صحیح تھیں۔ اسے دوران جنگ میں ایک ترافٹ تک نہیں آئی تھی۔

۳۔ میں نے دیکھا کہ فضائی اڈے کے لئے میری زمین کے عرصہ میں ہو جانے کے متعلق میری پریشانیوں نے توجہ ثابت ہوئی کہ کوئی میرے مکان سے ایک میل کے اندر تیل کے پمپس نہ لگے تھے اور فضائی اڈے کے لئے زمین حاصل کرنے کی قیمت بہت بڑھ گئی تھی۔

۴۔ میں نے دیکھا کہ اپنے گھر میں پانی کے کنوئیں گے خشک ہو جانے کے متعلق بھی میری پریشانیاں بے وجہ تھیں کیونکہ جونہی مجھے معلوم ہوا کہ میری زمین پر قبضہ نہیں کیا جائیگا میں نے گہری سطح تک کنواں کھودنے کے لئے مناسب رقم خرچ کر دی اور مجھے غیر محدود تعداد میں پانی ملنے لگا۔

۵۔ میں نے دیکھا کہ ماروں کے پھٹ جانے کے متعلق بھی میری پریشانیاں بے بنیاد تھیں۔

کیونکہ مرمت کرانے اور احتیاط سے علانے کی وجہ سے وہ کسی نہ کسی طرح نگی سی گئے تھے۔
۶۔ میں نے دیکھا کہ اپنی بیٹی کے متعلق بھی یہ ناتی پریشان ہو رہا تھا کیونکہ کالج کے کھلنے سے تقریباً
ساتھ روز پہلے ایک مہجرے کی طرح مجھے آؤٹینک کا کام مل گیا تھا جس میں اپنے کالج کے ٹائم
کے علاوہ کر سکتا تھا۔ اس ملازمت سے میں اس قابل ہو گیا تھا کہ اسے وقت پر کالج میں نہ
کرہا سکوں۔

میں نے لوگوں کو اکثر کہتے سنا ہے کہ سنانوے فی صدی چیزیں جن کے متعلق ہم پریشان رہتے
ہیں۔ تیوریاں پڑھاتے اور بل کھاتے ہیں، کہیں وقوع پذیر نہیں ہوتی لیکن اس پرانی کہاوت نے
مجھے اس وقت تک کوئی فائدہ نہ پہنچایا جب تک کہ میں نے پریشانیوں کی اس تہمت کو نہ پڑھ
لیا جنہیں میں نے اس خوفناک سہ پہر کو ٹاپ کیا تھا
اب میں فکر گزار ہوں کہ مجھے ان پریشانیوں سے بے سود اُلجھنا پڑا۔ اس تجربے نے مجھے
ایک سبق سکھا دیا ہے جسے میں کبھی نہیں بھولوں گا۔ اس نے مجھ پر ان واقعات کے متعلق پریشان ہونے
کی حماقت اور احمیت کا مکمل دیکھ لیا۔ جو ابھی وقوع پذیر نہیں ہوئے — وہ واقعات
جو ہمارے اختیار سے باہر ہیں شاید کبھی بھی دیو دیں نہ آئیں۔

یا دوسرے کیے کہ وہ کل آج ہے جس کے متعلق آپ پریشان تھے اپنے آپ
سے پوچھئے۔ مجھے یہ کیسے معلوم ہوا کہ جن چیزوں کے متعلق میں پریشان ہوں
وہ فی الواقع وقوع پذیر ہوں گی۔

۲۔ رجائیت پسند

از روبر - ڈبلو - بابسن

شہرہ آفاق ماہر اقتصادیات

بابسن پارک، دیزلی ہل، واپکو سٹریٹ

جب کبھی مجھ پر ایسی احمق مزاح و لالی کی کھٹائی چھاتی ہیں، میں ایک گھنٹے کے اندر اپنی ساری تفویض اور اُدائی دودھ کر سکتا ہوں۔ میں اپنی لائبریری میں جاتا ہوں اور اپنی آنکھیں بند کر کے ایک الماری کے پاس بیٹھتا ہوں جس میں تاریخ کی کتابیں ہوتی ہیں۔ پھری جاتا ہوں یہ کسی کتاب کی طرف ہاتھ بڑھاتا ہوں، مجھے پتہ نہیں ہوتا کہ یہ کس کوٹ کی تصنیف ہے۔ سیکوٹوئی اس کی بارہ سیریزوں کے مباحثات زندگی یا کوئی اور کتاب ہوگی۔ ابھی تک میری آنکھیں بند ہوئی ہیں اور میں اس کتاب کو اٹک چوکھوتا ہوں اور جو صفحہ بھی نظر کے سامنے آئے اُسے پڑھنا شروع کر دیتا ہوں اور ایک گھنٹے تک پڑھتا رہتا ہوں جوں جوں میں پڑھتا جاتا ہوں مجھے احساس ہونے لگتا ہے کہ دنیا ہمیشہ دکھوں اور مصیبتوں میں گرفتار رہی ہے۔ ہمدرد، وثیقہ، شبہ ہی کے غار پر لڑکھڑاتی رہی ہے۔ تاریخ کے صفحات جنگ، قحط، فساد، وباؤں اور ان کی ان بن کے ساتھ غیر انسانیت کی داستانوں سے گونجنے لگے ہیں، ایک گھنٹے تک تاریخ پڑھنے کے بعد مجھے محسوس ہونے لگتا ہے کہ آج کی بھی حالت

مگر پہلو پر ہیں لیکن ان سے کہیں بہتر رہا ہو کرتے تھے، مجھے ان کے مناسبت مناظر
میں اپنی موجودہ مشکلات و مصائب دیکھنے اور یہ سمجھنے میں بڑی مدد ملتی ہے کہ دنیا ایک
کی حیثیت سے مسلسل بہتر ہوتی جا رہی ہے۔

یہ ایک طریقہ ہے جس پر ایک یورپ کے لکھا جاسکتا ہے، تاریخ پر بھی
دس ہزار سال کا نقطہ نظر سمجھنے کی کوشش کیجئے۔ اور آپ کو ابدیت
کی اصطلاح پر اپنی مشکلات بالکل ادنیٰ اور حقیر نظر آئیں گی۔

۳۔ احساس کمتری

ایڈمز

اداکار ہمارے حلقہ نیابت کی طرف امریکی سینٹر ممبر

جب میں پندرہ سال کا تھا، میں ہر وقت، پریشانیوں، اُٹھنوں اور اندیشوں میں گرفتار رہتا تھا۔ اپنی عمر کے اعتبار سے یہ کہیں زیادہ سبب تھا اور مکان کی طرح پتلا میرا قد چھ فٹ ۲ انچ اور وزن ۱۱۸ پونڈ تھا۔ اپنے لمبے قد کے باوجود میں کمزور تھا۔ اوفٹ بال، دوڑوں اور دوسرے کھیلوں میں کبھی دوسرے لڑکوں کا مقابلہ نہ کر سکتا۔ وہ میرا مذاق اڑاتے اور مجھے ڈینگلی کہہ کر ہکا بھکا کرتے تھے۔ اس قدر کھراٹا اور جھینپتا تھا کہ ہر کسی سے ملنے ہوئے مجھے شرم آتی تھی اور میں شاید ہی کسی سے ملتا ہوں گا۔ ہمارا فارم ہاؤس عام لڑکوں سے چار میل ہٹ کر چھنے درختوں میں گھرا ہوا تھا، جہاں آغا زکات سے شاید ہی کبھی کاٹا گیا ہوگا۔ ہم شاہراہ سائید میں دور رہتے تھے اور ہمیں اپنے والد، اہی، بہنوں اور بھائیوں کے سما کی دیکھے بغیر ہفتہ مفتہ گزر جاتا۔

اگر میں پریشانیوں اور اندیشوں کی مار کھانا بہت تو شاید ہی زندگی بھر کام رہتا۔ میں جن بات اپنے لمبے، ڈوبے پتلے اور کمزور جسم کے متعلق سوچتا رہتا، اور صلیبی کی اور چیر کے متعلق سوچ ہی نہیں سکتا تھا۔ میرا خوف، میری الجھنیں، میری پریشانیوں اس قدر

شدت اختیار کر چکی تھیں کہ انہیں بیان کرنا ممکن ہے میری اتنی میرے احساسات جو جذبات سے واقف تھی۔ وہ سکول پچھراہ چکی تھی چنانچہ اس نے مجھ سے کہا: بیٹا تمہیں تعلیم حاصل کرنی چاہیے تمہیں اپنے واسطے سے اپنی روزی پیدا کرنی چاہیے کیونکہ نہ ہمارا جسم تمہارے واسطے میں ہمیشہ رکاوٹ بنا رہے گا۔

چونکہ میرے والدین میں مجھے کالج بھیجنے کی استعدادت نہیں تھی، میں جانتا تھا کہ مجھے اپنا راستہ خود ہی بنانا ہوگا چنانچہ میں نے موسم میں ایوٹوں، سنکوں اور دھڑے جنگلی جانوروں کا شکار کیا اور ہمارے دھولوں میں ان کی کھالیں چار ڈالر کے عوض فروخت کر دیں۔ ان چار ڈالروں سے میں نے دو چھوٹے چھوٹے سوئیر خریدے اور انہیں پالتا رہا۔ اگلے موسم میں وہ چالیس ڈالروں تک گئے۔ ان کی فروخت سے مجھ کو مدنی ہوئی ان کی مدد سے میں ٹرنل مارل کالج (ٹرنل مارل) میں داخل ہو گیا۔ یہ ایک ڈالروں میں بیٹھ کھانے کے اور پچاس سینٹ فی ہفتہ کرے کے ادا کر دیا کرتا تھا۔ میں ایک خاکی قمیض پہنا کرتا تھا جو میری امی نے مجھے بنا کر دی تھی (ظاہر ہے کہ وہ خاکی کپڑے اس لئے استعمال کرتی تھی کیونکہ وہ ملبری میلے نہیں ہوتے تھے) میرے پاس ایک سوٹ بھی تھا جو کسی زمانے میں میرے والدین کا تھا۔ اب اس کے کپڑے مجھ پر فٹ نہیں آتے تھے اور نہ ان کے پرائے کا رنگ لمبی گیٹس والے جوتے جو مجھے استعمال کرنے کے لئے مل گئے تھے۔ ان جوتوں کے کناروں پر تھے تھے جو کھینچنے پر پھسل جاتے تھے لیکن ان کی پھیلاؤ مدت ہوئی رائی ہو چکی تھی اور چونکہ ان قدر لمبی تھیں کہ جب میں چلتا تھا، جوتے میرے پاؤں کے نیچے پھسل پھسل جاتے۔ میں دوسرے لوگوں سے ملنے ہوئے گھبراتا تھا۔ جن بچہ میں اپنے کمرے میں بیٹھا رہتا اور بڑھنے بگڑنے میں لگا رہتا۔ میری زندگی کی سب سے بڑی خواہش یہ تھی کہ میں سولے کچھ کرنے کے لئے کپڑے خرید سکوں جو میرے جسم پر فٹ سکیں ان کپڑوں کے پہننے کے خیال سے مجھے اس قدر شرم محسوس نہیں ہوتی تھی۔ اس کے تھوڑے عرصے بعد چار ایسے واقعات رونما ہوئے جنہوں نے مجھے اپنی

پریشانیوں اور اپنے احساس کمتری پر غالب آنے میں مدد دی۔ ان میں سے ایک واقعہ نے مجھے بڑا اعتماد دیا اور امید دلائی کہ میری بقیہ زندگی کو یکسر بدل دیا۔ میں ان واقعات کو مختصر طور پر بیان کروں گا۔

اول۔ اس نارمل سکول میں صرف اچھے پڑھنے والے کے بعد میں نے ایک امتحان دیا اور مجھے دیہاتی پبلک سکولوں میں پڑھانے کے لئے تیسرے درجے کا سرٹیفکیٹ مل گیا۔ یقین کیجئے یہ سرٹیفکیٹ صرف چھ مہینے کے لئے کارآمد تھا لیکن یہ گواہی دے رہا تھا کہ کسی کو مجھ پر اعتماد اور اعتماد کی پہلی شہادت جو مجھے اپنی امی کے سوا کسی دوسرے شخص سے پہلی باری تھی۔

دوم۔ ایسی ہونوئی مقام پر ایک دیہاتی بورڈ سکول میں میرا تقرر ہو گیا اور مجھے دو ڈالر روزانہ یا مائیس ڈالر ماہوار خواہ ملنے لگی یہاں مجھے کسی دوسرے کے اعتماد کی اور میری چھٹی شہادت مل گئی۔

سوم۔ جب مجھے پہلا چیک ملا۔ میں نے ایک سٹور سے کچھ کپڑے خریدے — کپڑے جن کے پہننے سے میں شرماتا نہیں تھا۔ اب اگر کوئی مجھے دس لاکھ ڈالر بھی دے تو میں اپنے جسم میں اس سے ادھی سنٹی بھی محسوس نہیں کروں گا جو سٹور کے کپڑوں کے پہلے جوڑے سے ہوئی تھی اور جنہیں میں نے چند ڈالر کے عوض خرید لیا تھا۔

چہارم۔ اپنی اچھونیوں اور احساس کمتری کے خلاف جدوجہد میں مجھے پہلی کامیابی پٹنام دیہاتی اسکول میں حاصل ہوئی جو ہر سال بین برنچ وائٹیاں میں منعقد ہوتا ہے اور یہیں سے میری زندگی کا حقیقی موڑ شروع ہوتا ہے۔ اس اسکول میں ایک عوامی تقریر کی مقابلہ منعقد ہوتا تھا اور میری اتنی نے مجھ سے اعلان کیا کہ یہ بھی اس میں حصہ لوں۔ پہلے پہل تو مجھے یہ خیال ہی عجیب معلوم ہوتا تھا۔ لوگوں کا مجمع تو ایک طرف رہا، مجھ میں تو ایک شخص سے بھی بات کرنے کی بڑا اعتماد نہیں تھی لیکن میری زندگی کو تقریباً مدت ایکڑ حد تک مجھ پر اعتماد تھا۔ وہ میرے تہل کے متعلق بڑے نہری خواب دیکھ رہی تھی، اس کی ساری امیدیں مجھ پر مرکوز تھیں۔ اس کے

اعتقاد نے مجھے مقابلے میں شریک ہونے کو ہمت دلائی اور یہ آمادہ ہو گیا میں نے اپنا موضوع امر علی کے فنون لطیفہ اور اسناد فنون منتخب کیا اور یہ ایک ایسا موضوع تھا جس کے متعلق مجھے دنیا کی تمام چیزوں سے کم معلومات حاصل تھیں اور یہی بات تو یہ ہے کہ جب یہی تقریر تیار کرنے لگا تو مجھے اتنا بھی پتہ نہیں تھا کہ آزاد نون ہوتے کیا ہیں لیکن اس کی چند اہمیت نہ تھی کیونکہ میرے حاضرین بھی اس معاملے میں نفرتاً کو رہے تھے۔ میں نے منسلح بدائع سے لے کر اپنی تقریر کو زبانی روٹ لیا اور اس کی سینکڑوں بار درختوں اور گائیوں کے سامنے ری سہل کی۔ میں اپنی امی کی خاطر اچھا ثابت ہونے کے لئے اس قدر بیتاب تھا کہ میرا خیال ہے کہ میں نے ضرور جذباتیت سے مغلوب ہو کر تقریر کی ہوگی۔ تاہم میں نے پہلا افہام حال کیا جو کچھ ظہور پذیر ہوا تھا، اسے دیکھ کر میں جو حیران رہ گیا۔ مجمع سے تحسین و آفرین کی صدائیں بلند ہند ہوتی تھیں اور وہی لڑکے جو کبھی ہلذاق اڑاتے تھے مجھ پر آوازے کرتے تھے اور مجھے دھتکتے کہ کہہ کر جڑا کر لے تھے۔ اب اگر میری پشت پر تعقیبیاں دینے لگے اور کہنے لگے۔ "ایلمیں جانتا تھا کہ تم ضرور ایسا کرو گے" میری امی نے میرے گلے کے گرد اپنی ہڈیوں میں حاصل کر دیں اور خوشی کے آنسو بہانے لگی۔ جب یہ پیچھے ہو کر اپنی گذشتہ زندگی کے واقعات پر نظر ڈالتا ہوں میں دیکھ سکتا ہوں کہ اس تقریر کے مقابلے کی حیثیت میری زندگی کا ایک نہایت اہم موڑ تھی مقامی اخبارات نے پہلے صفحوں پر میرے متعلق مضامین لکھے اور پھر کوئی کمی ملے استقبال نہایت شاندار اور درخشاں ہے۔ اس حجت نے مجھے مقامی حلقوں میں روشناس کرایا۔ مجھے عزت اور شہرت دی اور سب سے بڑھ کر میری خود اعتمادی میں سوگنا اضافہ کر دیا۔ اب یہ محسوس کرتا ہوں کہ اگر میں نے اس مقامی مقابلے کو نہ جیتا ہوتا تو غالباً میں امریکی سید کا کبھی بھی ممبر نہ بن سکتا۔ کیونکہ اس نے میرے نقطہ نظر کو رنجش و بلندی بخشی۔ میرے خیالات کے افق کو وسعت دینا شروع دی اور مجھے یہ احساس دلایا کہ میرے اندر غشی صلاحیتیں ہیں جن کے متعلق مجھے کبھی خواب میں بھی محسوس نہیں ہوا تھا کہ میں ان کا مالک ہوں۔ تاہم سب سے اہم بات یہ تھی کہ اس

تقریری مقابلہ کو سپر انچام کنٹرول نادرل کول بی پڑھنے کے لئے ایک سال کا وقفہ تھا۔ اس پر تعلیم محکمہ کو نے کہ تقریری بیانیہ اور سچی پڑھ گئی۔ چنانچہ اگلے چند سالوں میں ۱۸۹۶ء سے ۱۹۰۱ء تک کے دوران میں ہی نے اپنا وقت پڑھنے اور پڑھانے کے درمیان تقسیم کر لیا۔ ڈی پامہ یونیورسٹی کے اخراجات پورے کرنے کے لئے میں دسترخوان پر خدمت کیا کرتا چوتھوں کی بخاری کو کتابخانوں کی نگہداشت کرتا تھا اور گرمیوں کے دنوں میں گندم اور غلے کے کھیتوں پر کام کرتا اور جب سبک دکن میں تعین ہوئے لیکن، تو بحسب ری اور مدوری کوٹے لگا۔

۱۸۹۶ء میں جب بی طرف اٹھارہ سال کا تھا۔ بی نے اٹھائیس تقریریں کیں، ان تقریروں میں حاضرین نادر دیکرتا تھا کہ وہ پریذیڈنٹ کے لئے ولیم فیننگو بریان کو دھوٹ وی۔ بی نے بریان کے حق میں اسی قدر جوش و اشتعال سے تقریریں کیں کہ خود میرے دل کے اندر سیاست میں مصروف رہنے کے لئے بے پناہ جذبہ پیدا ہو گیا۔ چنانچہ بی یونیورسٹی میں داخل ہوا میں نے تافون اور فن خطابت کا مطالعہ کیا۔ ۱۸۹۹ء میں انڈیانا پولیس میں ایک تقریر کی سبب مستعفی ہوا۔ جہاں بٹر کا لچ کے مقابلے پر بی نے اپنی یونیورسٹی کی نمائندگی کی۔ اسی مقابلے کا موضوع یہ تھا کہ امریکی سینٹ کے ممبر عوامی دو ٹولے متفق کئے جانے چاہئیں۔ میں نے بہت سے دوسرے تقریری مقابلے بھی جیتے اور ۱۹۰۰ء میں کلچ کے سامنے سے مراب اور یونیورسٹی کے جدید پالہ ولیم کا پیف ایڈیٹر بن گیا۔

یونیورسٹی سے بی۔ اے کی ڈگری حاصل کرنے کے بعد بی نے چورس گریجویٹ کے مشورے پر عمل کیا۔ — فرن اتنا فرق ہے کہ میں نے مغرب کی بجائے جنوب مغرب کا رخ کیا۔ میں نے ایک نئی ریاست اوکلاہاما میں سکونت اختیار کر لی اور لائن میں وکالت شروع کر دی۔ یہ تیرہ سال تک ریاست اوکلاہاما کی سینٹ کا اور چار سال تک امریکی کانگریس زیری ایجان کا ممبر رہا۔ اور اسی حیثیت سے میں ۳۴ دسمبر ۱۹۱۲ء سے کام کر رہا ہوں۔ اور

نمبر ۱۹ کو اسلام آباد ایک علیحدہ ریاست قرار دی گئی تھی۔ اس وقت سے مجھے پہلے ریاست
کی سینٹ پھر کانگریس اور اس کے بعد امریکی سینٹ کا ممبر منتخب ہونے کا اعزاز ملا اور اس
ہوتا رہا ہے۔

میں نے یہ کہانی اس لئے بیان نہیں کی ہے کہ اپنی صبا و رفتار کا میا بیوں کے متعلق بیٹھنی
بگھار مل جس سے غالباً کسی کو بھیجی نہیں ہوگی۔ بلکہ اس کا سرا سر مدعا یہ ہے کہ شاید یہ کسی غریب
لڑکے میں سولہ جرات اور خود اعتمادی پیدا کر کے جو کہ اس پریشانیوں و مشعلے میں اور
احساس کمتری کا شکار ہے جنہوں نے میری زندگی تباہ کر دی تھی جب کہ میں اپنے والد صاحب
کے پرانے پرستار بنا کر تھا جو چلتے وقت میرے پاؤں سے تقریباً ٹکرا کر گر جاتے تھے۔
دلوٹا۔ یہ جاننا خالی از حد پس نہ ہو گا کہ ایلٹراس جو عالم جوانی میں اپنے عزیز ریاست
کپڑوں سے اس قدر شرماتے تھے، انہیں بعد ازاں امریکی سینٹ میں سب سے بہترین کپڑے
پہننے والا شہم کر لیا گیا۔ ایڈیٹر

۴۔ باغ بہشت

اندر آمد۔ سہی۔ دیکھ بوڈلی

بہ سلسلہ نس سڑا سا بوڈلی، باقی بوڈلین لائبریری کسٹوڈ

معائنہ مواضع صحرا، پیغام آسا اور دیگر چودہ کتابیں

۱۹۱۵ء میں اپنی جانی پیچی دیتا ہے الگ تھا کہ شمال مغربی طریقہ میں چلا گیا اور وہاں کے صحرا یعنی اللہ کے بہشت میں غزلوں کے ساتھ بود باش اختیار کر لی میں نے وہاں سات سال گزارے اور اس دوران میں میر نے خانہ بدوشوں کی زبان میں گفتگو کر سیکھا اور ان کی معاشرت کا مطالعہ کیا، میں ان کے کپڑے پہنتا اور ان کا کھانا کھاتا اور انہیں کے زمین پر سوتا، میں نے ان کا طرز زندگی اختیار کر لیا، جن میں پھلی، میں صدیوں سے دوران میں بہت کم تبدیلیاں آئی ہیں، میں نے بیڑی بھی خریدیں اور ان کے مذہب کا تفصیلی مطالعہ کیا، بعد ازاں میں نے محمد علی اللہ علیہ السلام پر لیک کتاب بھی لکھی جس کا نام پیغام بر ہے۔

میں سات سال تک ان خانہ بدوش غزلوں کے ساتھ رہا اور یہ میری زندگی کے نہایت ہی پرسکون اور اطمینان بخش سال تھے، مجھے پہلے ہی کوناگوں اور زرخیز تجربے حاصل ہو چکے تھے، میں پیرس میں انجمنہ والدین کے گھر پیدا ہوا۔ اور نو سال تک فرانس میں رہا۔ بعد ازاں میں نے آئین اور رائے لڑی کاغذ سینڈھرسٹ کا بیچ میں سلیم حاصل کی اور چھ سال تک برطانیہ کے آئین کی

افسر کی حیثیت سے ہندوستان میں خدمات سرانجام دیتا رہا۔ وہاں میں فوجی کام کے ساتھ ساتھ ہالیوڈ کی وادلوں میں پولو اور شکار کھیلتا اور پناٹھل کے چکر کاٹتا۔ میں نے پہلی جنگ عظیم میں بھی حصہ لیا اور جنگ ختم ہونے کے بعد مجھے اسٹنٹ فطرطی آمانشی کی حیثیت سے پیرس کا نفرنس میں بھیجا گیا وہاں جو کچھ میں نے دیکھا۔ اس سے مجھے سخت صدمہ پہنچا اور میں قطعاً بالوں میں ہو گیا۔ مندرجہ
 کا ذریعہ پارساں کہ خونریزی دیکھنے کے بعد مجھے یقین ہو گیا تھا کہ ہم تہذیب کی حفاظت کے لئے لڑ رہے ہیں لیکن پیرس کی شمع کا نفرنس میں نے خود غرضی سیاستدانوں کو دوسری جنگ عظیم کی بنیادیں استوار کرتے دیکھا۔ ہر ملک مٹی الامکان اپنا اٹو سیدھا کرنے کی کوشش کر رہا تھا۔ قومی تعصبات کو بروا دی جا رہی تھی اور خفیہ ڈپلومیسی کی سازشیں از سر نو زندہ کی جا رہی تھیں۔

میں جنگ سے بیزار تھا اور فوج سے بیزار تھا، سماج سے بیزار تھا، اب اپنی زندگی میں پہلی بار پریشان ہوا تھا اور یہ سوچنے میں اپنی رائے آنکھوں میں کاٹ کر بسر کی تھیں کہ مجھے کیا کرنا چاہیے لائڈ جارج نے مجھ سے سیاست میں حصہ لینے کے لئے اصرار کیا۔ میں اس کے مشورے کو قبول کرنے کے لئے تعلق ابھی سوچ ہی رہا تھا کہ ایک عجیب پتیز واقع ہوئی جس نے میری مینہ سات سال کی زندگی کی راہیں اور اندرونی متعین کر دیئے۔ یہ ایک گفتگو کا نتیجہ تھا جو دو سو سیکنڈسے بھی کم عرصے تک جاری رہی ہوگی۔ ایک گفتگو ٹیڈ "لارنس" لارنس دہلی کے ساتھ پہلی جنگ عظیم کی انتہائی ریشین اور روحانی شخصیت۔ وہ محرم میں عربوں کے ساتھ رہ چکا تھا اور اس نے مجھے بھی ایسا ہی کرنے کا مشورہ دیا۔ پہلے پہل تو یہ ایک عجوبہ نظر آیا۔

تاہم میں فوج چھوڑنے کا تہیہ کر چکا تھا اور متبادل طور پر مجھے کچھ نہ کچھ کرنا ہی تھا۔

کارخانوں اور فرموں کے مالک مجھ جیسے اشخاص سے بانا تھا فوج کے سابق افسر کو کام میں رکھنے کے لئے تیار نہیں تھے خصوصاً اس وقت جب کہ بازار لاکھوں بیکار مزدوروں سے چھڑا تھا۔ چنانچہ میں نے لارنس کے مشورے پر عمل کرنے اور عربوں کے ساتھ رہنے کا فیصلہ کر لیا۔ میں

لہذا اگستان کا سابق وزیراعظم علی شہر اور انگریز جن کی سازشوں اور ریشہ داندیوں نے علاقہ کی جنگ عظیم میں عثمانیہ سلطنت اور عرب اتحاد کو بارہ بارہ دیا۔

خوش ہوں کہ میں نے ایسا کیا۔ عربوں نے مجھے پریشانی پر غالب آنا سکھایا، تمام مسلمانوں کی طرح وہ بھی تقدیر کے قائل ہیں اللہ کا ایمان ہے کہ حضرت محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے جو لفظ بھی قرآن میں لکھا وہ خدا کی طرف سے وحی بن کر ان پر نازل ہوتا تھا۔ چنانچہ قرآن کہتا ہے: "خدا نے تمہیں پیدا کیا اور تمہارے افعال کو، وہ اچھے لفظی و معنائی تسلیم کرتے ہیں چنانچہ یہی وجہ ہے کہ جب کبھی کوئی کام خراب ہو جائے۔ انہیں بالکل غصہ نہیں آتا۔ وہ جلد بازی اور عجلت سے کام نہیں لیتے بلکہ زندگی نہایت سکون کے ساتھ گزارتے ہیں۔ وہ جانتے ہیں کہ جو کچھ قسمت میں لکھا ہے وہ ہو کر رہے گا اور خدا کے سوا کوئی اسے بدل یا بگاڑ نہیں سکتا۔ تاہم اس کا یہ مطلب نہیں کہ وہ مصیبت کے وقت ہاتھ پر ہاتھ دھر کر بیٹھ رہتے ہیں اور کچھ نہیں کرتے اس کی فحاشی کے لئے میں آپ کو معزلے اعظم کی سند دیتا۔ نہایت خوفناک اور سخت جلا دینے والی بلاؤں کے متعلق بتاتا ہوں۔ جب میں صحرا میں رہتا تھا تو مجھے اس کا تجربہ ہوا۔ یہ بلاؤں میں دن بیک چھٹی چلائی اور دھارتی رہی۔ یہ اتنی تند، سخت اور شدید تھی کہ اس نے معزلے اعظم سے ریت اٹھا کر مزاروں میل دور بحیرہ روم کے اس پارہ فرانس کی وادی رومن میں پھینک دی۔ ہوا اس قدر گرم تھی کہ مجھے یوں محسوس ہوتا تھا جیسے میں کسی شے کی ٹیکڑی میں آتش ان کے سامنے کھڑا ہوں میری حالت پاگلوں کی سی ہو گئی تھی، درہوش و حواس جواب دے رہے یسین عربوں نے کوئی کوشش نہ کی۔ وہ اپنے کندھے سے سیڑھیاں اتر گئے اور کہتے "سکتہ بیا!" یہ لکھا ہوا ہے کہ یسین طعان کے قہر جانے کے بعد وہ فی الفور نکل پڑ کر اپنے سر گئے، انھوں نے تمام یسینوں کو ذبح کر ڈالا کیونکہ وہ جانتے تھے کہ وہ اپنی بیڑوں کو موت کی آغوش میں جانے سے بچا سکیں گے۔ یسینوں کو ذبح کر ڈالا۔ کیونکہ وہ جانتے تھے کہ وہ ہر صورت ہلاک ہو جائیں گے اور انہیں ذبح کرتے وقت انہیں یہ بھی تو امید تھی کہ وہ اپنی بیڑوں کو موت کی آغوش میں جانے سے بچا سکیں گے۔ یسینوں کو ذبح کر دینے پر انہوں نے اپنے دیوار جنوبی پانی کی طرف ہانک دیئے وہ نہ تو اپنے نقصان پر غم پریشان ہوئے نہ انہوں نے داد دیا کیا اور نہ شکایت کی بلکہ سب کچھ سکون کیساتھ برداشت کر لیا۔ قبیلے کے سردار نے کہا: کوئی غم

بہت نہیں ہوئی۔ ہماری ہر چیز خائن ہو سکتی تھی لیکن اللہ کا فکر ہے کہ ہماری چاہیں فیصدی بغیر یہ
پتہ گنیں جن سے ہم نئی زندگی کا آغاز کر سکتے ہیں؟

مجھے ایک اور واقعہ یاد ہے ہم موٹر پر محرابیں کہیں جا رہے تھے کہ راستے میں ہمارے ایک
طائر کی ہوا اگل گئی۔ شو فرمائو تاکہ درست کرنا بھول گیا تھا۔ جتنا بچہ ہمارے پاس صرف تین ہی
بڑے طائریں رہ گئے تھے، میں بہت پریشان تھا مجھے نفع نہ بھی آگیا۔ میں نے عربوں سے
پوچھا کہ اب ہم کیا کریں گے؟ انہوں نے مجھے یاد دلایا کہ مشتعل ہونے سے کچھ نہیں بنے گا، سوا
اس کے کہ کسی ایک کا پارہ چڑھ جائے گا۔ انھوں نے کہا کہ اللہ کی ہی مرضی تھی کہ ایک پیسے کی ہوا
بجھ جائے اور اب اس کے متعلق کچھ نہیں ہو سکتا۔ چنانچہ ہم ایک پیسے کی بکیر کے ساتھ ٹھہرے
پل پڑے۔ راجا نک انجن پھڑپھڑایا اور کار کھڑی ہو گئی۔ ہمارے پاس پٹرول ختم ہو گیا تھا۔ رستہ
نے وہاں یہ کہا ”کنوینینٹ“ اور دوبارہ ڈرائیور پر ناراض ہونے کے بجائے کہیں کو اس نے فنی
پٹرول ہیں یہ کیا، ہر شخص ساکن اور غامض رہا اور ہم اپنی منزل پر سپید چل کر پہنچے اور
چلتے وقت راستے میں باؤنڈ بنڈ کاٹتے جاتے تھے۔

میں نے جو سات سال غریبوں کے ساتھ گزارے، انہوں نے مجھے یقین دلایا کہ امریکہ اور
یورپ کے اغصاب زدہ جنونی اور غمزدہ غلط اور عاجل زندگیوں کی پیداوار ہیں جو کہ
ہم اپنی نام نہاد تہذیب میں گذارتے ہیں۔

بہت تک میں محرابیں رہا مجھے کسی قسم کی پریشانی نہیں ہوئی، میں نے ”خدا کے باغ میں وہ
غیر متواطم اور پرسکون قناعت اور جسمانی برتری دیکھی جس کی ہمارے اکثر بھائی قنوطیت
ما یوسی اور اغصابی کھنچاؤ میں تلاش کرتے رہتے ہیں۔

بہت سے لوگ ”جو قدر کے فلسفے پر سنبھتے ہیں۔ لیکن ہمے کہ وہ ٹھیک کہتے ہوں۔ کون
جانتا ہے؟ لیکن ہم سب کو اتنا جاننے کے فرد قابل ہونا چاہیے کہ ہماری قسمتوں کو کس طرح
مستحکم کیا جاتا ہے۔ مثلاً اگر میں نے اگست ۱۹۱۹ء کے ایک گرم دن کو وہ پہرے کے تین منٹ

ٹیڈہ نس عربی کے ساتھ گفتگو نہ کی ہوتی تو میری زندگی کے یہ سارے سال جو گندہ چکر میں۔ بالکل مختلف ہوتے ہیں اپنی زندگی پر مکر کر بھیجے دیکھتا ہوں تو مجھے نظر آتا ہے کہ بار بار حالات و واقعات نے اسے کس طرح تشکل و مولا کیا ہے، جو میرے اختیار سے باہر ہوتے تھے غریب اسے مکتوب، ہمت، خدا کی مرنی تہتے ہیں آپ اسے جو چاہیں کہیں لیکن یہ آپ کے لئے عجیب و غریب کام کرتی ہے، میں صرف اتنا جانتا ہوں کہ آج صبح کو کچھ بڑے گئے سترہ سال بعد بھی نہایت خوشی اور تسلیم و رضا کے ساتھ ناگزیر کو قبول کر لیتا ہوں۔ اور یہ بات میں نے عربوں ہی سے سیکھی تھی۔ اس فلسفے نے میرے اعصاب کو ہزاروں مسکن دواؤں سے زیادہ سکون و اطمینان بخشا ہے۔

جب تنہا و تیز اور آتشیں ہوائیں ہماری زندگیوں کو اڑا لے جا رہی ہوں۔ اور ہم ان سے ماہ نجات نہ پاسکتے ہوں تو ہمیں ناگزیر کو جلا چوں و چرا تسلیم کر لینا چاہیے۔ پھر کام میں مدد ملے جو کہ بھرے ہوئے اجڑا کو اکٹھا کر لینا چاہیے۔

۵۔ پریشانی دور کرنے کے پانچ طریقے

از پروفیسر ولیم لی اولن فلیس

راجہانی لی فلیس یل یونیورسٹی میں پروفیسر تھے، ان کے انتقال سے چند دن قبل مجھے ان کے ساتھ ایک شام گزارنے کا شرف حاصل ہوا تھا۔ زندگی ذیل پانچ طریقے ہیں جن کی مدد سے وہ اپنی پریشانیاں دور کرتے تھے۔ یہ ان نوٹوں پر مبنی ہیں جو میں نے ملاقات کے دوران میں لئے تھے۔

— ڈول کاریجی

اجب میں چوبیس سال کا تھا میری آنکھیں ایک سخت جواب دہ خنکیں تھیں چارمنٹ ایک پڑھنے کے بعد مجھے یوں محسوس ہوتا تھا جیسے کہ ان میں کسی نے موتیاں بھردی ہوں۔ اور جب میں پڑھ بھی نہیں رہا ہوتا تھا، وہ اس قدر سرخ التاثر اور زود حس تھیں کہ میں کسی کھڑکی کے بھی سامنے کھڑا نہ ہو سکتا تھا، میں نے سیون اور نیو مارک کے بہترین معالجین چشم سے مشورہ کیا لیکن کوئی علاج کارگر نہ نظر آتا تھا، چارمنٹ نے پہرے کے بعد میں کمرے کے تاریک ترین کونے میں کرپی پر صرف بیٹھا رہنا امد سونے کے وقت کا انتظام کرتا، میں خوف زدہ

تھا۔ مجھے اندیشہ تھا کہ کہیں مجھے پروفیسر ہیچموڈر مغرب میں جا کر جنگ میں لکڑیاں کاٹنے کا کام اختیار نہ کیا جائے۔ یہ سب چیزیں دماغ کے غزاتی اثرات ہیں جن سے عوارضی جذباتی

ہے جب اس ناخوشگوار سرا کے دوران میری آنکھوں کی حالت بہت خراب ہو چکی تھی۔ میں
انڈرکچوائٹوں کے ایک گروپ کو خطاب کرنے کی دعوت منظور کر لی۔ ہال گیسوں کے بڑے بڑے
تعمیروں سے روشن کیا گیا تھا جو چھت سے ٹک رہے تھے۔ روشنیوں سے میری آنکھوں کو اس قدر
تکلیف پہنچی، کہ پلیٹ فارم پر بیٹھے ہوئے میں فرش کی جانب دیکھنے پر عبور ہو گیا۔ تاہم اپنی تیس منٹ
کی تقریر کے دوران میں مجھے کئی قسم کی تکلیف محسوس نہ ہوئی اور یہاں تک کہ میں نے بغیر ان روشنیوں
کی طرف دیکھ کر گھبراہٹ نہ کی، جب جلسہ برخواست ہو گیا، میری آنکھوں کی تکلیف دوبارہ شروع ہو گئی۔
پھر مجھے خیال آیا کہ آئین میں منٹ۔ کے لئے نہیں بلکہ ہفتے بھر کے لئے اپنا ذہن مضبوط اور
استقلال سے کسی چیز پر مرکوز کر دوں تو میں صحت یاب ہو سکتا ہوں۔ کیونکہ صاف ظاہر ہے کہ یہ
ذہنی تشویش کا معاملہ تھا جو جسمانی بیماری پر غالب آ رہا تھا۔

بعد ازاں استقامت کا ایک اور تجربہ مجھے پیش آیا جب کہ میں مندر عبور کر رہا تھا۔ میری کمر
اس خدمت سے دردموند ہونے لگا کہ میں چلنے پھرنے سے معذور ہو گیا۔ جب میں سیدھا کھڑے ہونے
کی کوشش کرتا تو انتہائی محنت و دھوم ہونے لگتا۔ اسی حالت کے دوران میں مجھے جہاز کے
بورڈ پر لیگجری دینے کی دعوت دی گئی۔ چوٹی میں نے تقریر شروع کی میرے جسم کی سختی اور درد کا
ہر نشان غائب ہو گیا۔ میں تن کر سیدھا کھڑا ہو گیا اور پوری چمک کے ساتھ حرکت کرنے لگا۔ یہ
نے کوئی گھنٹہ بھر تقریر کی لیکن خیر نہ ہونے کے بعد میں اطمینان و سہولت سے چل کر اپنے کمرے میں
پہنچ گیا۔ ایک ٹائپ کے لئے مجھے خیال آیا کہ میں صحت یاب ہو گیا ہوں لیکن یہ حالت عارضی
تھی۔ کمزور دوبارہ شروع ہو گیا۔

ان تجربوں نے مجھ پر ذہنی رویے کی نامیاتی اہمیت آشکارہ کر دی۔ انہوں نے مجھے زندگی
سے لطف اندوز ہونے کی اہمیت بتائی، جب میں ایک کرنا چاہی، چنانچہ اب میں اپنی زندگی
اس طرح بسر کر رہا ہوں کہ اس کا کل میری زندگی کا پہلا دن ہے۔ اور ابھی آخری دن ہوگا۔
زندگی کی روزمرہ کی باتیں مجھے خوش اور دلدادہ دلاتی ہیں اور جوش و خروش کی حالت میں کوئی

شعشع بھی پریشاں جوں کا سہارا نہیں ہو سکتا۔ پھر کی حیثیت سے میں اپنے رومنہ کے کام سے محبت کرتا ہوں اور میں نے EXCITEMENT OF TEACHING کے نام سے ایک کتاب بھی لکھی ہے پڑھانے کا مشغور میرے لئے آرٹ پیسے سے کچھ بڑھ کر ہی رہا ہے۔ یہ ایک جذبہ ہے اور میں اس کے ساتھ اسی قدر محبت کرتا ہوں جس قدر کہ ایک معنور اپنی تعمیریوں سے اور موسیقار موسیقی سے جب میں صبح کے وقت بیدار ہوتا ہوں تو میں ہنایت خوشی اور مسرت کے عالم میں اپنے طلباء کے پیچھے گردپ کے متعلق سوچتا ہوں۔ میں نے ہمیشہ محسوس کیا ہے کہ زندگی میں کامیاب ہونے کی ایک بڑی وجہ جوش اور دلور ہے۔

۲۔ میں نے دیکھا کہ میں کوئی دلچسپ کتاب پڑھنے سے اپنے ذہن سے پریشانیوں دور کر سکتا ہوں۔ جب میری عمر اسیٹھ برس کی ہوئی تو کافی عرصے تک مجھ پر اعصابی سکنت کے دورے پڑتے رہے۔ اہل دوران میں میں نے ڈیوڈ الیکس کی یادگار کتاب "حیاتِ کلاسی" پڑھی شروع کر دی۔ اس نے میری صحت کی بحالی میں بہت مدد کا کیونکہ میں اس کے پڑھنے میں اس قدر کھو جاتا تھا کہ اپنی دلچسپی اور نانا امیری کے متعلق قطعاً بھول جاتا تھا۔

۳۔ ایک دوسرے موقع پر جب میں حد سے زیادہ مایوس اور تنہا ہو چکا تھا۔ میں نے دن کے ہر لمحے میں اپنے آپ کی جسمانی طور پر پخت و چالاک رہنے پر مجبور کیا۔ میں ہر روز صبح کے وقت ایک دو گھنٹے تک ٹینس کھیلتا، پھر غسل کر کے لچکھاتا اور ہر سہ پہر کو گولف کے اٹھارہ ہول کھیلتا، جمعہ کی رات کو میں ایک بجے تک نہ پتا رہتا میرا ایلان پختہ ہے کہ خون پسینہ ایک کر دینے والے کا اے پسینے کے ساتھ میرے جسم سے پریشانی اور حزن و ملال بھی خسار جاتا ہے۔

۴۔ میں بہت عرصہ پہلے یہ سیکھ چکا ہوں کہ تعلیم تیسویں، چارٹمک بھاگ اور اعصابی کشمکش کے زیادہ تر کام کرنا حاکم ہے اور اس سے گریز کرنا چاہیے۔ میں نے ہمیشہ ولبر کر اس کے فلسفہ پر عمل کرنے کی کوشش کی ہے جب وہ ریاست کننگھم کٹ کا گورنر بنی، اس نے مجھے کہا تھا "نبض

اوقات جب مجھے کنی کام پیشی ہوتے ہیں، میں فوراً بیٹھ جاتا ہوں۔ اپنے جسم کو آرام پہنچاتا ہوں، ایک گھنٹہ تک اپنا پائپ پیتا ہوں اور کچھ نہیں کرتا۔

۵۔ میں نے یہ بھی کیا ہے کہ زمانہ، بڑبڑا اور صبر و تحمل بھی ایک طرح سے ہمارے زخموں کو مندلا کرنے کا کام دیتے ہیں۔ صوبہ جی کی چیز کے متعلق پریشان ہوتا ہوں، میں اپنی مشکلات کو ان کے مناسب تناظر میں دیکھنے کی کوشش کرتا ہوں، میں اپنے آپ سے کہتا ہوں: آج سے دو چھینے بعد مجھے اس شکست کے متعلق کوئی پریشانی نہیں ہوگی۔ پھر اب اس کے متعلق پریشان ہونے کی کیا ضرورت ہے؟ ابھی سے وہ یہ کہیں نہ اختیار کیا جاسکے جو آج سے وہ چھینے بعد کروں گا؟

یہ فرضیہ مٹیس نے پریشانی دور کرنے کے جو پانچ طریقے بتائے ہیں، ان کا خلاصہ مندرجہ ذیل ہے:-

۱۔ دلولے اور جوش کے ساتھ زندگی بسر کیجئے۔ میں ہر روز اس طرح زندگی بسر کرتا ہوں جیسے یہ میری زندگی کا پہلا دن ہے اور یہی آخری دن ہوگا۔

۲۔ کوئی دلچسپ کتاب پڑھئے۔ جب کافی عرصے تک مجھ پر افسانہ کی کشمکش کے دو صوفے پڑتے رہے..... میں نے ڈیوڈ ایک ولسن کی حیات کا رولڈن پڑھ لی شروع کر دی..... اور اس کے پڑھنے میں اس قدر کھو گیا کہ اپنے فرنی کے متعلق قطعاً بھول گیا۔

۳۔ کھیل کھیلتے۔ جب میں حد سے زیادہ مایوس اور تنواری ہو چکا تھا، میں نے اپنے آپ کو دن کے ہر لمحے میں جیت دیا تاکہ رہنے پر مجبور کیا۔

۴۔ کام کرتے وقت آرام کیجئے۔ میں بہت عرصہ پہلے یہ سیکھ چکا ہوں کہ محنت جزی بھگم بھگ اور افسانہ کی کشمکش کے زیر اثر کام کرنا حماقت ہے اور اس سے گریز کرنا چاہیئے۔

۵۔ میں اپنی مشکلات کو ان کے مناسب تناظر میں دیکھنے کی کوشش

کہتا ہوں: ہم اپنے آپ سے کہتا ہوں کہ آج سے وہ چھپو بعد مجھے اسی شکست کے تعلق
کوئی پریشانی نہیں ہوگی، پھر اب اس کے متعلق پریشانی کا کیا ضرورت ہے؟ ابھی سے اس
کے متعلق وہ رویہ کیوں نہ اختیار کیا جائے جو آج سے وہ پہلے سے کر رہا تھا۔

————— ❦ —————

۴۔ میں کل کا مقابلہ کیا۔ سراج کا مقابلہ بھی کر سکتی ہوں

انڈر وٹھی ڈکسن

میں منجھلی اور بیماری کی ممیق گہرائیوں میں سے کود چکی ہوں۔ جب لوگ مجھ سے سوال کرتے ہیں۔ تم نے ان مشکلات کو کیسے برداشت کیا جو ہم سب پر نازل ہوتی ہیں؟ میں ہمیشہ جواب دیتی ہوں کہ میں نے کل کا مقابلہ کیا۔ میں آج کا بھی کر سکتی ہوں۔ میں یہ سمجھی سوچا گو، راہیں کروں گی کہ کل میرے ساتھ کیا ہوگا؟

میں شکست، محرومی، یاس اور تشویش کی عمر ماز سے بچ چکی ہوں، مجھے ہمیشہ اپنی طاقت سے بڑھ کر کام کرنا پڑا ہے، جب میں پیچھے مڑ کر اپنا گزشتہ زندگی پر نظر دوڑاتی ہوں مجھے یوں محسوس ہونے لگتا ہے کہ یہ کوئی میدان جنگ تھا جو میرے مرحوم خواہوں شکستہ امیدوں ادو بال پسمید آرزوؤں کا مدفن ہے۔ ایک ایسی جنگ جس میں میں نے ہمیشہ اپنے سخت ترین ہمسایہ حالات کا مقابلہ کیا ہے اور جس نے ہمیشہ وقت سے پہلے مجھے پرکھا، خم، گھاؤ اور داغ لگائے ہیں۔ اھ مجھے پاپ بھی اور سنگھٹا لڑا بنا دیا ہے۔

تاہم مجھے اپنے آپ پر کوئی ترس نہیں آتا۔ اس امانی کے امیدوں پر آئینہ نہیں بھاتی۔ میں ان دونوں عورتوں سے حسرت نہیں کرتی جو تکالیف سے محفوظ و مامون رہی ہیں اور مجھے برداشت کرنی پڑی ہیں۔ کیوں کہ میں نے زندگی بسر کی ہے اور وہ صوف زندہ رہی ہیں۔ میں زندگی کے میانے کا چھٹا تک پہنچ چکی ہوں اور انہوں نے عبور کیا جاؤں کے اوپر صوف بیلے ہی چمکے ہیں۔ میں ایسی باتیں جانتی ہوں۔

جو انہیں کبھی معلوم نہ ہوگی یہ ایسی چیزیں دیکھتی ہوں جس کے لئے ان کی چشم بعبیرت وانہیں ہو سکتی صرف وہی عورتیں جن کی آنکھیں آذو دے دھل چکی ہوں، وسیع بعیرت حامل کر سکتی ہیں جو انہیں تمام دنیا کی چھوٹی نہیں بنا دیجئے

یہ نے مصائب و مشکلات کی یونیورسٹی میں ایک فلسفہ پڑھا ہے جو اس دین کی زندگی بسر کرنے والی عورت کو کبھی ماہل نہیں ہو سکتا۔ یہ نے ہر سوز زندگی بسر کرنا اور رگزارنا کھلے ہے جس طرح کہ وہ واروہوتا ہے جس آنے والے کل کے خوف سے کبھی چھینٹیں اُدھار نہیں لیتی۔ یہ مستقبل کا مدیم اندیشہ ہے جو ہمیں بڑھل بنا دیتا ہے، میں اس اندیشے سے اپنے آپ کو دور رکھتی ہوں۔ کیونکہ تجربے نے مجھے سکھا دیا ہے کہ اگر اس طرح دو تہری تو اس کا مقابلہ کرنے کے لئے میرے پاس قوت اور توانائی کہاں سے آئے گی۔ چھوٹی چھوٹی جھنجھلاہٹوں اور پریشانیاں ہیں اب مجھ پر اثر انداز ہونے کی طاقت نہیں رہی جب آپ اپنی مسرتوں اور خوشیوں کی ساری عمارت اپنے ارد گرد اڑاڑا دم کرتے اور کھنڈروں میں تباہ ہوتے دیکھ چکے ہوں تو پھر آپ کے لئے اس کی ذرا بھی اہمیت نہیں رہتی کہ آپ کا نوکر صفائی کرنا بھول کیسے یا آپ کے باورچی نے سائن جلا دیا ہے۔

یہ نے یہ کیا ہے کہ لوگوں سے زیادہ توقع نہیں کرنی چاہیئے اور اس لئے میں اب بھی ایک دوست کی صحبت سے محفوظ ہو سکتی ہوں جو مجھ سے بالکل وفادار نہ رہا ہو یا ایک واقعہ کا راجو ٹوٹیکس اور ہوا جسٹ بڑھ کر میں نے ظرافت کا احساس حاصل کیا ہے کیونکہ بے شمار ایسی چیزیں تھیں جن پر تو مجھے روایا پیٹنا پڑا اور جب کوئی عورت اپنے مصائب پر رہنے کی بجائے ان کا مذاق اڑاتی ہے تو اسے کوئی چیز نقصان نہیں پہنچا سکتی تھی مشکلات سے مجھے گزرنی پڑا ان میں پیمانہ نہیں کہہ سکتی کہ میں نے زندگی کو کچھ اچھا ہے اور میں نے ان کی بالکل مناسب قیمت ادا کی ہے۔

ڈروٹھی دس نے ون لوک کمرہ میں رہ کر پریشانی پر غلبہ حاصل کیا۔ (دیکھیے باب،

۔ مجھے صبح تک زندہ رہنے کی بھی امید نہ تھی

از جے ۔ سی ۔ پینی

۱۳۔ اپریل ۱۹۸۷ء کو ریاست دیونگ کے ایک چھوٹے سے شہر کھیر میں ایک نوجوان نے پانچ سو ڈالر کی یہ رقم سے خشک مال کی دکان کھولی۔ اور اس پانچ سو ڈالر سے اس نے دس لاکھ ڈالر بنائے کا عزم مصمم کیا تھا۔ ریکسینڈ لیک چھوٹا سا شہر تھا، اس کی آبادی اس وقت ایک ہزار انیس سو پچاس تھی اور وہ زیادہ دکان کنی کا کام کرتے تھے۔ یہ شہر اس پرانی شہر پر واقع ہے جسے ہیرس اینڈ سٹارک ایجنٹس ویشن نے بکھایا تھا، یہ نوجوان اور اس کی بیوی اپنی دکان کے اوپر ایک نصف منزلہ اینٹ بنے ہوئے رہتے تھے۔ وہ خشک مال کے ایک بڑے صندوق کو میز کے طور پر اور چھوٹے چھوٹے جھون کو کرسیوں کے طور پر استعمال کرتے تھے۔ نوجوان کی بیوی اپنے بچے کو کہیں بیٹھ کر کھانا کھانے کے لیے لٹا دیتی اور خود کاکھوں کو نہانے کے لیے اپنے خزانہ کا ہاتھ بٹاتی آج دنیا میں خشک مال کی دکانوں کے وسیع ترین مجال پر اس شخص کا نام — جے ۔ سی ۔ چینی سٹورز — مرقوم ہے۔ اور اس کی سولہ سو سے زیادہ شاخیں امریکہ کی ہر ریاست میں واقع ہیں۔ یہی نے حال ہی میں مشرقی کے ساتھ ڈنکھایا اور انہوں نے مجھے اپنی زندگی کا ہتھیار ڈرائی وائف سنا ()

کئی سال گزرتے ہیں ایک نہایت ہی آزمائشی اور کمٹھن تجربے سے گزرا، میں بہت پریشان
 لا کھیر کی جیت لکھو۔

اور بد دل تھا میری پریشانیوں کو بے سی۔ چنی کمپنی کے ساتھ کسی قسم کا تعلق نہ تھا۔ وہ کاروبار تو نہایت مضبوط اور ترقی پذیر بنیادوں پر قائم تھا۔ لیکن میں نے ذاتی طور پر ۱۹۲۹ء کے بحران سے قبل کچھ نامعلوم قسم کی پابندیاں قبول تھیں۔ بہت سے دوسرے آدمیوں کی طرح مجھے بھی ان حالات کا لازم قرار دیا گیا جن کا میں کسی طرح بھی قصداً نہ تھا۔ میں پریشانیوں سے اس قدر غائب ہو چکا تھا کہ میں نہ تو اچھی طرح سو سکتا تھا نہ کچھ کھا پی سکتا تھا۔ اس کے برعکس ایک تکلیف دہ مرض پیش میں مبتلا ہو گیا۔ اس موزی مرض سے خیم پر کر کے بائیں جانب پکٹے پڑ جاتے ہیں اور اس میں جگر خراش سوزش چوڑھائی ہوئی ہوتی ہے۔ میں نے ایک ڈاکٹر سے مشورہ کیا۔ یہ شخص ہائی سکول، ملٹن (موسوی) میں میرا ہم جامعہ رہ چکا تھا۔ اس کا نام ڈاکٹر ایلمر انگسٹن ہے اور وہ بٹل کیریک (ڈائٹنگن) کے کیلوگ پھنے ٹوریم کا حبیب اعلیٰ ہے۔ ڈاکٹر ایلمر نے مجھے بستر پر ٹھادیا اور مشتبہ کیا کہ میں سخت بیمار آدمی ہوں، ایک سخت علاج تجویز کیا گیا۔ لیکن کوئی افادہ نہ ہوا۔ میں روز بروز کمزور ہوئے لگا۔ یہی جسمانی اور اعصابی طور پر مشعل ہو چکا تھا اور مجھ پر اس قدر سوزن دلال، مایوسی اور قنوطیت چھا چکی تھی کہ کہیں سے امید کی ایک کرن بھی دکھائی نہ دیتی تھی۔ میرے لئے زندگی میں کوشش باقی نہ رہی۔ میں یوں محسوس کرنے لگا۔ جیسے میرا اس دنیا میں کوئی دوست نہ رہا ہو، یہاں تک کہ میرے گھر والے بھی میرے غلام ہو گئے ہوں۔ ایک رات ڈاکٹر ایلمر نے ایک نسیکس آور دوا دی۔ لیکن اس کا اثر جلدی زائل ہو گیا۔ نہ صرف میری آنکھ کھل گئی بلکہ مجھے پختہ یقین ہو گیا کہ یہ میری زندگی کی آخری رات ہے۔ میں بستر سے اٹھا اور اپنی بیوی اور بیٹے کو اور دائمی خطوط لکھنے لگا کہ مجھے اتنی بھی امید نہیں کہ میں صبح تک زندہ رہ سکوں گا۔

جب میں اگلی صبح کو بیدار ہوا تو مجھے یہ دیکھ کر بڑی حیرانی ہوئی کہ میں ابھی تک زندہ ہوں۔ ٹیڑھیاں اڑتے ہوئے مجھے ایک چھوٹے سے گرجے سے نکلنے کی آواز سنائی دی۔ یہاں ہر روز صبح کے وقت نہایت غلاموں سے دعائی مانگی جاتی تھیں، مجھے اب بھی وہ مناجات

یاد رہے جو وہ گارہے تھے ”خدا تمہاری حفاظت کرے گا“ میں گرجے یہی چلا گیا اور بھاری
 دل کے ساتھ موسیقی ریز ادا ہادی سبق کی ترأت سننے لگا۔ اچانک — کچھ واقع ہوا۔ میں اسے
 الفاظ میں بیان نہیں کر سکتا۔ میں اسے ایک معجزہ کہہ سکتا ہوں، میں نے یوں محسوس کیا کہ جیسے
 اچانک طور پر مجھے نزد خانے کی تاریکی سے نکال کر گرم اور چمکدار سورج کی روشنی میں رکھ دیا
 گیا ہو۔ میں نے یوں محسوس کیا کہ جیسے مجھے جہنم کے شعلوں سے نکال کر جنت کا ٹھنڈی فضاؤں
 میں پہنچا دیا گیا ہو۔ میں نے خدا کی قدرت محسوس کی جو اس سے پہلے کبھی نہیں محسوس کی تھی۔ میں نے
 محسوس کیا جیسے میں اپنی نکالینے کا خود ہی ذمہ دار ہوں۔ میں جانتا تھا کہ خدا اپنی رحمت کے ساتھ
 میری مدد کرنے کے لئے موجود ہے۔ سو وہ دن اور آج کا دن، میری زندگی ہمیشہ پریشانیوں
 سے مامون رہی ہے۔ میں اکثر سال کے پیٹے میں ہوں اور میری زندگی کے انتہائی ڈرامائی
 اور شاندار وہ لمحات تھے جو میں نے اس صبح کو گرجے میں گزارے تھے۔ جب کہ وہ گارہے
 تھے کہ ”خدا تمہاری حفاظت کرے گا“۔

جے۔ سی۔ مینی نے تقریباً جھٹ پٹ پریشانی پر غالب آنا سیکھ لیا۔ کیونکہ
 اس نے ایک مکمل تحقیق در یافت کی تھی۔

۸۔ جسمانی ورزش کے اثرات

ارز کرل - ایڈی - ایجن

نیویارک ٹارنی، موڈس سکلر چیرمین، نیویارک سٹیٹ اٹھلیٹک کمیشن
سابق اولمپک لائٹ، ہیوی ویٹ چیمپین آف دی ورلڈ

جب کبھی میں پریشانی محسوس کرتا ہوں یا میرا ذہنی سکون متزلزل ہو جاتا ہے۔ تو ان اخروہ گولڈ
کا اتفاق کرنے کے لئے خدا کا حاجی جسمانی کام میری مدد کرتا ہے۔ کھلی فضا میں دوڑنا کافی ہو یا
کوڑے کھانے ہوں، خواہ کچھ ہی ہو، جسمانی ورزش میرے ذہنی نقطہ نظر کو ماف کر دیتی ہے۔
ہفتے کے آخری روز میں خوب جسمانی کھیلیں کھیلتا ہوں مثلاً گولف کورس کے گرد دوڑاگاتا
ہوں، ٹینس کھیلتا ہوں یا ایڈری روڈ ٹریس میں چھلنا لگیں نکالتا ہوں۔ جسمانی طور پر تھک جانے
سے میرے ذہن کو تلافی مسائل سے آرام مل جاتا ہے اس لئے جب میں ان کی طرف پلٹتا ہوں
تو برے ذہن میں ایک نیا ولولہ، پوٹش اور قوت ہوتی ہے۔

مجھے اکثر اوقات نیویارک جی جہان کیس کام کرتا ہوں، پبل کلب جیم خانے میں ایک کھنڈ
دھڑ کرنے کا موقع مل جاتا ہے اور میرا یہ تجربہ رہے کہ جب تک کوئی شخص گولف یا ٹینس کھیل
رہا ہو، وہ ڈرنگارہا ہو یا ڈسٹریسیل رہا ہو، وہ اس قدر مصروف ہوتا ہے کہ پریشان ہو نہ سکیں

سکتے۔ بھائی کے بڑے بڑے داغی پساڑ چھوٹی چھوٹی خشک پیڑیاں بن جاتے ہیں جنہیں نئے خیالات اور افعال جلد موار کرتے ہیں۔

یہ سمجھنا ہوں کہ پریشانی کا بہترین تریاق ورزش ہے۔ جب آپ پریشان ہوں اپنے پٹھوں کو زیادہ اور اپنے داغ کو کم استعمال کیجئے۔ نتیجہ دیکھ کر آپ حیران ہو جائیں گے۔ اپنا تو یہی تجربہ ہے کہ اوپر ورزش ہوئی اور ادھر پریشانی غائب۔

متعلق پریشان تھا۔ میں اس چیز کو بری طرح محسوس کرتا تھا کیونکہ جیسا کہ میری خوراک میں
 ہیں اپنی جگہ کو کیٹڈی خرید کر نہیں دے سکتا تھا۔ اسے اکثر اوقات قص کا ہوں میں نہیں
 لے جا سکتا تھا۔ میں اس اندیشے سے پریشان تھا کہ وہ کسی دوسرے جوان (کیٹڈ) سے شادی
 کر لے گی۔ میں درجن بھر سے زیادہ مائیل فیم مس اکی پرون رات کو جا کر تا تھا۔
 مایوسی کے عالم میں میں نے اپنی مشکلات دی۔ پی۔ آئی میں شعبہ امور انتظامیہ کے پرنسپل
 ڈیوک بیرڈ کے سامنے بیان کیں۔

میں نے جرنل رومنٹ پر وینسیر بیرڈ کے ساتھ صرف کے۔ انہوں نے میری سمیت اور
 مسٹر کے لئے وہ کچھ کیا جو گذشتہ بار سال میں میں نہیں کر سکتے تھے جو میں نے کالج میں گزارے
 تھے۔ انہوں نے کہا "ہم، ہمیں بیٹھ کر حقائق سمجھنا پڑا جائے، جو وقت تم اپنے مسائل
 کے متعلق پریشان ہونے میں ضائع کرتے ہو، اگر اس کا نفع حصہ بھی ان کے حل کو دے دیں
 صرف کو داتہ تھیں کسی قسم کی پریشیاں رہیں گی۔ پریشان رہنا ایک بری عادت ہے جسے
 تم نے ختم کر رکھا ہے۔"

انہوں نے پریشانی سے کی نادات توڑنے کے لئے مجھے تین اصول بتائے:-

۱۔ وفاق صاف مہم کرنے کی کوشش کو کو کم کس جس کے متعلق پریشان ہوں۔
 ۲۔ اپنے مسئلے کی علت دریافت کرو۔

۳۔ اپنے مسئلے کو حل کرنے سے لے کر فی الفور کوئی تعمیر کا کارو۔

اس ملاقات کے بعد میں نے تھوڑا سا تعمیری منصوبہ بنایا۔ نچو کی طبیعت میں فیصل ہو گیا۔
 میں نے پریشان ہونے کی بجائے اپنے آپ سے پوچھا کہ آج صبح میں کیوں ہنسا ہوں؟
 جانتا تھا اس وجہ سے نہیں۔ میں کہتا تھا کیونکہ میں نے کچھ سے۔ اسے کچھ ایڈیٹ
 تھا مجھے معلوم ہوا کہ میں طبیعت میں اس نے ناکام رہا کیونکہ مجھے اس مضمون کے ساتھ
 کوئی تپتی نہیں تھی۔ میں نے اس محنت کی تھی۔ کیونکہ میں نے یہ بات بالآخر تھی

تھی کہ مستحق انجمن رنگ میں یہ میری کیسے ہو کرے گا لیکن اب میں نے اپنا رویہ بدل لیا۔
میں نے اپنے آپ سے کہا کہ اگر کالج کے حکام کا یہ مطالبہ ہے کہ مجھے فوری حاصل کرنے
سے پہلے طبیعات کا امتحان پاس کرنا ہو گا تو ان کی مزا ست دوانائی کا محاسبہ کرنے والا
میں کون ہوں؟

سینا بھی دو برہ طبیعات میں داخل ہو گیا۔ اس دفعہ میں پاس ہو گیا۔ کیونکہ اس پر پہلے
مرتقلیہ کی ریس تدریس کا ہوا ہے، پریشان ہونے میں وقت ضائع کرنے اور مانگنے پر پہل
ڈالنے کے بجائے میں نے محنت سے امتحان کی تیاری کی تھی۔

میں نے اپنی ملی پریشانیوں کو کچھ فائدہ کام کرے مل کیس میں نے کالج کے اندر پہنچ
بیچنے کا کام شروع کر دیا۔ اور اپنے والد سے بھی کچھ روپیہ وصول کیا اور میں نے کچھ بچا
ہونے کے بعد فوراً ادا کر دیا۔

اپنی محنت کی پریشانیوں میں نے اس طرح مل کیس کہ جس لڑکی کے مشفق مجھے دیکھا کہ
وہ کسی اور کے ساتھ شادنا کر لے گئیں نے اس کے سامنے شادی کی تجویز پیش کی اور وہ
اب مسترحم ہر دو سال ہے۔

اب جب میں پیچھے مڑ کر دیکھتا ہوں، مجھے نظر آتا ہے کہ میرا سدا انتشار اور اُلجھنا لگا
تھا۔ میں اپنی پریشانیوں کی علت دریافت کرنے اور متعلق کا مقابلہ کرنے سے گریز کرتا تھا۔
جمہر دو سال اس نے اپنی پریشانیوں پر غائب آیا کیونکہ اس نے اپنی پریشانیوں
کا تجزیہ کیا۔ دراصل اس نے وہی اصول استعمال کئے۔ جو باب چہارم
میں بیان کئے جا چکے ہیں۔

۱۔ قوت بخش الفاظ

از ڈاکٹر جوزف آئر - سیزو
 پرینٹنگ وینی دارالعلوم نیو برسوک
 (امریکہ کا قدیم ترین دینی دارالعلوم - قائم شدہ ۱۸۸۴ء)

کئی سال ہوئے، غیر یقینی اور ازلہ سحر کے ایام میں جب میری زندگی ایسی طامتوں سے
 مخلوب نظر آتی تھی، جو میرے اعتقاد سے باہر تھیں میں نے ہوا راہہ اپنا نیا عہد نامہ لکھوا
 اور میری آنکھیں اس جملے پر پڑیں جس نے مجھے بھیجا ہے وہ میرے ساتھ ہے۔ اپنے
 مجھے تنہا نہیں چھوڑا ہے۔ اس وقت سے میری زندگی کبھی ویسی نہیں رہی۔ اس وقت سے
 میرے لئے ہر چیز مختلف رہی ہے میرا خیال ہے کہ شاید ہی کوئی دن ایسا گزرے گا کہ جب میں
 اس لئے اس جملے کو نہ دہراؤں گا۔ ان سالوں کے دوران میں مجھ سے کئی لوگ مشورہ لینے
 آئے ہیں اور انہیں ہمیشہ اسی قوت بخش جملے کے ساتھ رخصت کیا ہے۔ جب سے میری آنکھیں اسی
 جملے پر پڑیں، یہاں میں نے اسی کے سہارے اپنی زندگی بسر کرنے کی کوشش کی ہے، یہی اسی کے سہارے
 جتا ہوں لاؤں میں مجھے اپنی جہانی قوت، اپنا سکون قلب اور اپنا ذہنی اعلیٰان عالم پر پہنچنے کی راہ
 قوت کی روشنی ہے یہ ہر چیز کی کہیں موجودگی ہے جو زندگی کو زندہ کرنے کے قابل بنا دیتی ہے یہ میری زندگی
 کا شہری ہے۔

۱۱۔ میں نے پاتال کو چھو ا اور بچ گیا

انڈیڈ ایرک سین

نمبر ۲۲۳۶ ساؤتھ کارنونا ابونیو۔ میل فلاور (کیلے فورنیا)

غائبہ جنڈی کیلے فورنیا

میشل ۱ سے ۷ تک اینڈ سٹیمپ کمپنی

کچھ زمانے میں میں بہت پریشان اور متفکر رہا کرتا تھا۔ لیکن اب نہیں۔ ۱۹۴۲ء کے گرمیوں میں مجھے ایک تجربہ ملا ہوا جس نے میری زندگی سے پریشانی کو خارج کر دیا اور اسے ہمیشہ کے لئے ناپید کر دیا۔ اس تجربے کے مقابلے میں مجھے تمام دوسری مشکلات اٹھانے اور آسان نظر آنے لگیں۔

کئی سالوں سے میری بیخوابی تھی کہ ایلا رسکا کی کسی تجارتی ایگری کے بچے میں اپنی گرمیاں گزاروں جتنا کہ ۱۹۴۲ء میں کوڈیاک (ایلا رسکا) کے ساتھ مل کر رہنے کے لئے تیس فیٹ جہاز کے ساتھ براعظم ہونگیا اس جہاز میں کئی تیرہ سو فیٹ جہاز ہوتے ہیں۔ ۱۔ پیکر جو کسی مہنگاں ہوتا ہے۔ ۲۔ نگران کار کا مکان اور ایک نام کا رن

جو نمونہ سینڈے نیویا کار ہونے والا ہوتا ہے۔ جب یہ سینڈے نیویا کار ہونے والا ہوں۔

۱۔ ایک مہم کی نہایت لذیذ مہم جس کا گوشت نارنجی رنگ ہوتا ہے۔

جو کہ سامن کا ہوا بھانٹے کے ساتھ نکال دیا جاتا ہے، میں اکثر چوبیس چوبیس میں گھٹے
 کام کرتا تھا۔ میں اس پروگرام پر مسلسل ایک ہفتے تک عمل کرتا تھا۔ میں نے وہ سب کچھ کیا
 جسے کوئی دوسرا شخص نہ کر سکتا تھا۔ میں کشتی دھو تا، گیارہ گیارہ کوٹھیک کرتا، ایک
 چھوٹی سی کڑی میں ایک چھوٹے سے سٹوڈ پر کھانا پکاتا۔ اس سٹوڈ میں لکڑی جلائی
 جاتی۔ اس دھواں میرے تھنوں میں گھس جاتا اور مجھے تقریباً بیاہر بنا دیتا۔ میں
 رکابیاں دھو کر صاف کرتا، کشتی کی مرمت کرتا، ہم جو سامن بکڑتے، اسے میدا پر بڑاری
 کی کشتی پر بڑھاتا، وہ اسے ڈبوں میں بند کرنے والے کارخانے میں لے جاتی۔ میں ربڑ کے
 بوٹ پہنا کرتا تھا وہ ہمیشہ گیلیے ہی رہتے تھے۔ اکثر اوقات وہ پانی سے بھر جاتے لیکن
 میرے پاس اتنا وقت نہ ہوتا کہ میں اس پانی کو نکال سکتا۔ لیکن جو میرا اصلی کام تھا اس
 کے مقابلے میں یہ سب کچھ سچ نظر آتا تھا۔ میرا کام ایک کارک لائن کو کھینچنا تھا، اس کا
 مطلب یہ ہے کہ کشتی کے دنیا لے پر اپنے پاؤں رکھ کر جال کے کارکوں اور ریشوں کو
 کھینچ جائے۔ کم از کم توقع آپ سے یہی کہ جاتی ہے کہ آپ یہ کام کریں گے۔ لیکن حقیقت
 ہوتا یہ کہ میں کارک لائن کو کھینچنے کی کوشش کرتے ہوئے کشتی کو کھینچ لیتا۔ میں اسے اپنی
 قوت کے بل پر کھینچ لیتا کیونکہ جال تو جہاں ہوتا وہیں جما رہتا۔ میں یہ کام متواتر کئی ہفتوں
 تک کرتا رہا اور اس لئے تقریباً میری جان ہی نکال لی۔ مجھے بڑا شدید درد ہوتا، میرے
 جسم کا رول رول دیک رہا تھا اور یہ درد کئی جینوں تک جاری رہا۔

آخر کار جب مجھے آرام کرنے کا موقع ملا، میں کھانے پینے کی اشیاء کی منتقلی امان
 کے اوپر کیلی گھسیلی رضائی تان کر لیٹ جاتا۔ رضائی کا کھوٹا سا حصہ اپنی کمر کے نیچے کر
 لیتا جہاں شدید درد ہوتا۔ اور اس طرح سوجاتا جیسے میں مدتوں کا جاگا ہوا ہوں
 ۱۲۔ پیلوں کی طرح کام کر کے بالکل تھک چکا ہوں۔

اب مجھے خوشی ہے کہ مجھے بید ساری تکلیفیں اور محنتیں برداشت کرنی پڑیں گی کیونکہ اس لئے مجھے پریشانی سے بچنے کے لئے مدد دی۔ اب جب کبھی میرے سامنے کوئی مسئلہ درپیش ہوتا ہے تو میں پریشان ہونے کے بجائے اپنے آپ سے کہتا ہوں۔ "ایک سیں کیا یہ کارک لائن کھینچنے سے بھی زیادہ دشوار ہے؟" اوہ! ایک سیں "ہمیشہ جواب دیتا ہے، نہیں اس سے زیادہ کوئی کام دشوار نہیں ہو سکتا، چنانچہ میں خوش ہو جاتا ہوں، میرے حوصلے بڑھ جاتے ہیں اور میں ہنایت برأت اور خود اعتمادی کے ساتھ اپنے حوصلے سے چلتا ہوں۔ میرا یقین ہے کہ کبھی کسی سخت اور جان جو کھوں کے تجربے ہی سے گزرنا ایک اچھی بات ہے، کیونکہ یہ جاننا بہت سودمند رہتا ہے کہ ہم پائال کچھ کر بھی بچ چکے ہیں۔ اس سے ہمارے روزمرہ کے مسائل نسبتاً آسان ہو جاتے ہیں۔

۱۲۔ ”اپنی کھال میں مست“

از پرسی۔ ایچ۔ ڈھانگ

میٹنگ ڈارک ٹوڈی کارسنگ اینڈ کمپنی

۷۵ بیلیویں سٹریٹ نیویارک (نیویارک)

میں دوسرے زندہ، مردہ اور نیم مردہ لوگوں کی نسبتاً مختلف بیماریوں سے بار بار

مراہوں۔

اں کوئی معمولی مرقی نہیں ہوں، میرے والد صاحب طبابت کی دکان کرتے تھے اور میں نے غلامی میں پرورش پائی تھی، میں ہر روز ڈاکٹروں اور نرسوں سے باتیں کرتا، اس لئے ایک نام آدمی کی نسبت مجھے اکثر بدترین بیماریوں کے ناموں اور ان کی علامتوں کے متعلق زیادہ معلومات حاصل تھیں۔ میں کوئی معمولی مرقی نہیں تھا — مجھ میں غلامی تھیں! یہ کسی بیماری کے متعلق گھنٹہ دو گھنٹہ پریشان رہتا اور پھر میرے جسم کے اندر وہ ساری غلامیتیں پیدا ہو جاتی جو اس بیماری کی مفوضیات ہوتی تھیں یاد سے کہ ایک دفعہ گریٹ بیرمنگھم (ماسچیوسٹس) میں رہتا تھا، میں بڑی موزی فیم کی نناق کی دوبارہ پھیل گئی۔ ہمارے دواخانے میں روزانہ ایسے لوگ دو ایکی خریدنے کے

کے لئے آئے جو تازہ دنگروں کے مورتے تھے۔ پھر جس برائی سے می ڈرتا تھا، وہ مجھ پر بھی
چھاگئی یعنی میں خرد خنائی میں مبتلا ہو گیا۔ مجھے یقین تھا کہ میں کہیں اس سطرین ہوں۔ میں گھر
جا کر ایسٹر لیت گیا اور اس کی محفوس میڈیا کی علامتوں کے متعلق سوچنے لگا۔ یہی بہت
پیشانی تھا چنانچہ ایک ڈاکٹر کو بلا یا گیا۔ اس نے میرا معائنہ کیا اور کہا کہ یہاں پر ہی تم
اس کے شکار ہو گئے ہو۔ اس سے میرے ذہن کو کچھ سکون ہو گیا۔ یہ ایک امر واقعہ ہے کہ
جب میں کسی بیماری میں مبتلا ہو جاتا تو پھر مجھے اس کے متعلق کسی قسم کا اندیشہ نہ ہوتا۔
چنانچہ میں نے کروٹ بدلی اور سو گیا۔ اگلے صبح کھج میں بالکل صحت یاب ہو چکا تھا۔

کئی سال تک میں عجیب و غریب اور غیر معمولی بیماریوں میں مبتلا رہنے کا استیصال
کرتا رہا اور لوگوں کی بے پناہ توجہ بھر دی میرے شامل حال رہی۔ میں لاتعداد مرتبہ
دانت چھی اور سنگ گردیدگی کے جنون، دھنوں سے مرا ہوں۔ بعد ازاں میں نے تپرق
اور سرطان جیسے ہلکی دھارا امراض میں حاصل کرنے پر توجہ کر لی۔

اب تو اس پر ہتھیے لگا سکتا ہوں لیکن اس وقت واقعی میری حالت قابلِ رحم تھی
۔ کئی سال تک دیا متداری اور منہنی اعتبار سے ڈرنا رہا کہ میں موت کے سر ہانے بیٹھا
ہوں جب کبھی بہار کے موسم میں نیا سوٹ خریدنے کا وقت آتا۔ میں اپنے آپ سے پر ہوتا
کہ کیا مجھے اس سوٹ پر پیسے ضائع کر دینے چاہئیں جب کہ مجھے معلوم ہے کہ حتی الامکان اس
سوٹ کو اڑھانے کے لئے میں زندہ نہیں رہ سکوں گا؟

تاہم آج میں نہایت سرٹ سے اعلان کرتا ہوں کہ میری حالت بہت بہتر ہو گئی ہے۔
میں پچھلے دس سالوں میں ایک دفعہ بھی نہیں مرا۔

میں نے بار بار کا مزہ کیسے ختم کیا؟ اپنے آپ کو منع کیا۔ خیالات کی دنیا سے نکال کر
جب کبھی میں محسوس کرتا ہوں کہ مجھ میں خوفناک علامتیں پیدا ہو رہی ہیں۔ میں قہقہہ لگا کر
اپنے آپ سے کہتا ہوں ”دھانسل“ ادھر دیکھو تم میں سال سے یکے بعد دیگرے کئی بیماریوں

سے مر رہے ہو پھر بھی آج تہذیبی محنت و نال درجے کی ہے۔ حال ہی میں ایک بمبئی کے
 تہوار کے ساتھ زیادہ۔ تم پر معاہدہ کیا ہے۔ تو پھر دھانگ، کیا یہ مناسب نہیں کہ جیسے
 تم پریشان قدمے ہو ایک طرف کھڑے ہو کر تہقہ لگا دو۔

جلدی مجھے معلوم ہو جاتا ہے کہ میں اپنے متعلق پریشان نہیں ہو سکتا اور میں ادراکی
 دقت اپنے اوپر تہقہ بند کرتا ہوں۔ چنانچہ اس دقت سے میں متواتر اپنے اوپر تہقہ
 لگا رہا ہوں۔

اس کہانی کا محنت یہ ہے کہ اپنے متعلق بہت زیادہ سمجھدگی اختیار نہ کیجے۔
 اپنی احمقانہ پریشانیوں پر صرف ہنسنے اور آپ کو معلوم ہو جائے گا کہ ان کا
 وجود ہی غائب ہو گیا ہے۔

”سپلائی لائن“

از نثار ادوی

دنیا کا مشہور ترین اور محبوب ترین موسیقار گوالا

میرا اندازہ ہے کہ ہماری اکثر پریشان گھریلو اور مالی مسائل کے متعلق ہوتی ہیں۔ میں نے توکل قسمتی سے دیباست اوکھاہ کی ایک تصبیاتی لڑاکا سے شادی کی جس کا پس منظر بھی تقریباً وہی تھا کہ میرا تھا اودا سے بھی انہیں چیزوں کے ساتھ رغبت تھی جس کے ساتھ مجھے تھی۔ ہم دونوں ہماری اصول پر عمل کرنے کی کوشش کرتے۔ جتنا کچھ ہم اپنی مشکلات کم سے کم حد تک گھٹانے کی کامیاب رہے ہیں۔

میں اپنی مالی پریشانیوں سے دو باتوں کی وجہ سے محفوظ رہا ہوں۔ اول میں نے ہر کام میں دیباستاری کا اصول ملحوظ رکھا ہے۔ جب کسی سے اُدھار لیتا، اس کی باقی پائی واپس ادا کر دیتا۔ یہ دیباستاری کی نسبت بہت کم چیزیں پریشان کن ہوتی ہیں۔

دوم۔ میں نے جب کبھی کوئی نیا کام شروع کیا، میں سے ہمیشہ سوراخ میں انکار کھنے کی کوشش کی۔ نو بج ماہرین کہتے ہیں کہ جنگ کا پہلا اصول یہ ہے کہ اپنی سپلائی لائن کو قائم رکھا جائے۔ میرا اندازہ ہے کہ یہ اصول ذاتی اور شخص لڑائیوں پر بھی اتنی قدر پورا

اُترتا ہے جس قدر کہ فوجی جنگوں پر مثلاً میرے بچپن کے زمانے میں میکساں اور کلاہا میں
 قحط سالی کی وجہ سے ملک تباہ ہو چکا تھا اور ہر طرف حقیقی معنوں میں غربت اور اظہال کا
 دور دورہ تھا، یہیں روزی کمانے کے لئے جان توڑ محنت کرنی پڑتی تھی۔ ہم اس قدر
 غریب تھے کہ والد صاحب گھوڑوں کو گاڑی میں جوت کر راتوں رات باہر کے دیہت میں
 جاتے اور گھوڑے اونے پونے دائروں میں بیچ آتے تاکہ کسی طرح گزر اوقات ہونے میں
 کوئی زیادہ پائدار اور راستہ کام کرایا جاسکے۔ چنانچہ میں نے ریوے اسٹیشن کے ایک اینٹ
 کے ہل ڈکری کر لی اور نالائق وقت میں تیار برقی کام سیکھنے لگا۔ بعد ازاں مجھے فرسکو
 ریوے میں ریلیف آپریٹر کام مل گیا۔ ادھر ادھر اور دراز کے جن پیشکشوں کے ایکٹ بایا
 جوتے یا چھٹی پر جاتے تھے ان کی جگہ کام کرنے کے لئے بھیجا جاتا تھا۔ مجھے اس کے لئے ڈیڑھ سو
 ڈالر ماہوار تنخواہ ملتی تھی۔ پھر جب کچھ خرچے کے بعد میں حالت بہتر ہونے لگی۔ یہ ریوے کے
 کام کو کھاشا چھٹا کھینچنے کا چنانچہ میں نے ہمیشہ اس کام کا راستہ کھوکھا ہے کہ جب چاہوں
 اسے اختیار کروں۔ یہ میری سپاہی لائن ہے، میں نے کبھی اسے منقطع نہیں کیا۔ بے شک
 کہ میں مستقل طور پر اس سے کسی بہتر حکم پر نہ لگ گیا۔

شمار ۱۹۲۸ء میں میں چلیسا (۵۰) سالوں میں فرسکو ریوے کے لئے ریلیف آپریٹر کی
 حیثیت سے کام کر رہا تھا ایک روز شام کے وقت کوئی اجنبی شخص تار دینے کے لئے
 آیا۔ اس نے مجھے اکتا رہا جاتے اور گزراؤں کے گیت کہتے سنا۔ اسی نے سن کر میری تعریف کی
 اور کہا: "تمہیں نیو یارک جانا چاہیے، وہاں تمہیں ریڈیو یا سٹیج پر ضرور کوئی اچھا کام مل
 جائیگا۔" قدرتی بات کے دیر ادول پھسل گیا اور سب میں نے تار اس کے دستخط دیکھے تو برا
 سانس تقریباً رک گیا۔ یہ دل روجی تھا۔

میں نے جھٹ پٹ نیو یارک جانے کے بجائے سارے پہلوؤں کے متعلق خوب اچھی
 طرح سوچا اور آخر کار اس نتیجے پر پہنچا کہ نیو یارک جانے سے اگر مجھ کوئی نائدہ نہیں ہوگا تو

جی نوہینے ٹسر کے ریڈیویشن پر گیت گاتا رہا۔ اس عرصے میں جی ٹونگ اور میں نے
 مل کر ایک گیت لکھا جس کا نام ”وہ سنہری بالوں والا صیرا پ تھا“ یہ گیت بہت مقبول ہوا
 اور ادھن ریکارڈنگ کمپنی کے صدر دفتر سیدرلی نے مجھے اس کا ریکارڈ کروانے کے لئے کہا اس
 کام پر نکلا۔ میں نے پچاس ڈالر کے معاوضے پر کچھ اور ریکارڈ بھی کھڑے اور آخر کار شکاگو ریڈیو
 سٹیشن پر مجھے گواہوں کے گیت گانے کا کام لی گیا۔ وہاں میری تحوا چالیس ڈالر فی ہفتہ تھی چار
 ہفتہ تک کام کرنے کے بعد میری تحوا بڑھا کر نوے ڈالر فی ہفتہ کر دی گئی اور رات کے
 وقت ذاتی طور پر تحفہ ٹروں میں کام کر کے میں تین سو ڈالر مزید کما لیتا تھا۔

مکمل شدہ میں مجھے ایک دفعہ لکھا گیا جس نے میرے سامنے کھلا رکھے وسیع امکانات کا مظاہرہ
 کھول دیا۔ متحرک تصویروں کو صاف کرنے کے لئے ”آئینہ شیشی“ کی بنیاد رکھی گئی، چنانچہ
 بالی ووڈ کے پروڈیوسروں نے کوسکریں پر پیش کرنے کا فیصلہ کیا۔ میں وہ کوئی نئی قسم کا گوالا
 چاہتے تھے۔ یعنی جو کبھی سکے لہرجن ریکارڈنگ کمپنی کا مالک دی پبلک پچیز کا جی جزیو
 صدر دار تھا۔ اگر آپ کو کوئی گانے والا دکھا چلیے۔ اس نے اپنے ساتھیوں سے کہا: ”تو میں جیتا
 کر سکتا ہوں۔ وہ جاری کمپنی کے لئے ریکارڈ تیار کر داتا ہے۔“ اس طرح مجھے متحرک تصویروں
 کی دنیا میں جانے کا موقع مل گیا۔ شروع شروع میں مجھے سو ڈالر فی ہفتہ تحوا دی گئی تھی۔ مجھے
 معاوضہ اٹھانظر آتا تھا کہیں سیرک پر کامیاب ہو بھی سکوں گا لیکن میں گجرا یا یا کل نہیں
 جانتا تھا کہ جب میں چاہوں اپنے پرانے کام پر جاسکتا ہوں۔

تصویروں میں مجھے انتہائی ترقیات سے بھی بڑھ کر کامیابی ہوئی۔ اب مجھے ایک لاکھ ڈالر
 سالانہ تحوا کے علاوہ اپنی تصویروں کا نصف منافع بھی ملتا ہے تاہم میرا اندازہ ہے کہ یہ ہمیشہ
 جاری رہے گا لیکن یہ مطلق پریشان نہیں ہوں میں چاہتا ہوں کہ خواہ کچھ بھی ہو جائے میری پالیسی
 نتائج ہو جائے۔ پھر بھی کوئی خاص بات نہیں ہوگی۔ میں ہر وقت ادھلانا اور پس ہاسکتا ہوں اور
 دوبارہ نرسکو۔ ریویس می کام کر سکتا ہوں میں نے اپنی سچائی لائن محفوظ رکھی ہے۔

۱۴۔ ”الہامی آواز“

ان ای سینے جو نرند

امریکا کا ایک انتہائی اثر آفسری مقرر اور اپنی نسل کا شہوتیری مشتری

میں چالیس سال تک بند رہا، یہی مشتری کی حیثیت سے کام کرتا رہا ہوں۔ شروع شروع میں مجھے سخت گرمی اور اپنے وسیع کام کا اعصابی تناؤ بالکل ناقابل برداشت نظر آتا تھا۔ آٹھ سال کے اختتام پر اتنی شدید ذہنی تھکاوٹ اور اعصابی ناتوانی محسوس کرنے لگا کہ ایک بار نہیں بلکہ کئی دفعہ مجھے رخصت لے کر ایک سال امریکہ ہی گزارنے کا حکم دیا گیا۔ وہیں امریکہ آتے ہوئے میں نے ایک روز جہاز کے غرتے پر تقریر کی جس سے میری حالت پھر بخیر گئی اور باقی ماندہ سفر کے دوران میں جہاز کے ڈاکٹر نے مجھے بہتر پر لٹائے رکھا۔

امریکہ میں ایک سال تک آرام کرنے کے بعد میں پھر ہندوستان روانہ ہو گیا۔ لیکن راستے میں منید پوٹھورچی طلباء کے سٹیجی جلسے میں تقریر کرنے کے لئے ٹھہر گیا۔ یہاں مجھے اس قدر کام کرنا پڑا کہ اس کے دباؤ سے پھر میری حالت کئی بار بخیر گئی۔ ڈاکٹروں نے مجھے متنبہ کیا کہ اگر میں نے ہندوستان جانے کا ارادہ ترک نہ کیا تو میں ضرور ختم ہو جاؤں گا۔ ان کی تنبیہوں کے باوجود میں ہندوستان میں چلا گیا۔ لیکن میرے دل میں پوری ادھر پریشانی کے سیاہ بادل چھائے ہوئے

تھے جب یہ عیسیٰ بیچا، میری حالت اس قدر خراب ہو گئی تھی کہ یہ بیدھا پہاڑ پر چلا گیا اور وہاں
 عیسیٰ جیسے تک آرام کرتا رہا۔ آخر سنا کام جاری رکھنے کے لئے مجھے میدانوں میں دوڑیں آنا پڑا۔ لیکن
 کوئی اندازہ نہ تھا۔ میری حالت پھر خراب ہو گئی اور یہ ایک طویل عرصے کے لئے پھر بیمار رہنے
 کے لئے مجبور رہا۔ یہ وہاں آرام کرنے کے بعد پھر میدانوں میں پہنچا۔ مجھے یہ دیکھ کر بہت دکھ
 ہوا کہ میں کوئی کام نہیں کر سکتا، میں ذہنی، جسمانی اور اعصابی طور پر بالکل تھکا چکا تھا۔
 میرے ذرائع باطل ختم ہو چکے تھے۔ مجھے اندیشہ تھا کہ اپنی باقی ماندہ زندگی کے لئے میں جسمانی
 طور پر بالکل تباہ ہو جاؤں گا۔

مجھے محسوس ہوا کہ اگر مجھے نہیں سے مدد نہ ملے تو مجھے اپنا مشن ہی کا کام چھوڑنا پڑے گا۔ اس اندیشہ
 جانا پڑتا تھا اور جب یہ سوچا کہ میں اس کے ساتھ دوبارہ اپنے فارم پر کام کرنا نہ سکتا۔ جیسی زندگی کے
 تارکا۔ زمین بھات تھے، اس وقت میں نے لکھنؤ میں حبسوں کا ایک سلسلہ شروع کر رکھا تھا
 ایک رات جب میں دعا مانگ رہا تھا۔ اور اس وقت میں کوئی خاص اپنی ذات کے متعلق
 جی۔ چ نہیں رہا تھا۔ مجھے ایک آواز سنائی دی جو کہ یہی تھی۔ ”خس کام کے لئے میں
 نے تمہیں بلایا ہے، کیا تم خود اس کے لئے تیار ہو؟“

میں نے جواب دیا۔ ”نہیں رب العزت میں تباہ ہو چکا ہوں، میرے ذرائع بالکل ختم
 ہونے کے قریب ہیں۔“

آواز نے جواب دیا۔ ”اگر تم اسے یہ سپرد کر دو اور اس کے متعلق کسی قسم کا فکر نہ کرو
 میں خود اس کا خیال رکھوں گا۔“

میں نے جلدی سے جواب دیا۔ ”رب العزت میں اس دوسرے کو قبول کرنا نہیں۔“
 میرے دل کو بہت سکون حاصل ہوا اور میرا جسم اس سے متاثر ہوا۔ اس وقت تک
 یہ سوچا ہے! زندگی۔ خدایاں زندگی۔ مجھے پریشان نہ رہی تھی، میرے عزائم اس قدر
 بلند ہو چکے تھے کہ اس رات جب میں خاموشی اور سکون کے ساتھ وہاں دھڑلے سے جا رہا تھا۔

میرے پاؤں زمینی پر نہیں ٹختے تھے۔ میرے لئے ایک ایک اپنچ زمین مقدس تھی اس کے کئی دن
بچھ مجھے کچھ پتہ نہیں رہا کہ میرا کوئی جسم بھی ہے۔ وہ دن میں نے اس طرح ٹھانڈے کھداسا سا
دن اور کئی رات تک کام کرتا رہتا اور آخر کا وجہ بہت پرہیزگار لگتا بھی تو جیراں ہو کر ہوتا
کہ آخر مجھے سونے کی ضرورت ہی کیہ ہے، میرے چہرے پر کسی قسم کی تھکن کے ذرا بھی آثار نمایاں
نہیں ہوتے تھے، مجھے یوں محسوس ہو رہا تھا کہ جیسے خود دیو غنیست نے مجھے زندگی، رکون اور
آرام عطا کر دیا ہے۔

پھر سوال پیدا ہوا کہ مجھے اسی کا دوسروں کے سامنے ذکر کرنا چاہیے یا نہیں میں اس سے
پہلو بچاتا تھا لیکن آخر کار میں نے غصے کیا کہ مجھے اسی کا ذکر کر دینا چاہیے۔ اور میں نے ذکر
کر دیا۔ اس کے بعد شخص اسی پر دل لئے زنی رہنے لگا۔ کوئی اس کو تسلیم کر لیتا تھا۔ اور
کوئی اس کا مذاق اڑاتا تھا۔ لیکن خواہ کچھ بھی ہو، اسی کے بعد میں نے اپنی زندگی کے بارہ
اتہار پر مشقت اور محنتی سال گزارے ہیں لیکن پرانی تسلیف کبھی لوٹ کر نہیں آئی،
میری اتنی اچھی صحت کبھی نہیں رہی لیکن اس کی اہمیت جسمانی اثرات سے زیادہ ہی تھی۔
ایسا معلوم ہوتا تھا کہ میں نے اپنے جسم، دماغ اور روح کے لئے ایک نئی زندگی جیت
لی ہے اس تجربے کے بعد زندگی نے ہر سہولت سے اگلے ایمان پر کام کیا ہے اور میں
نے اسے قبول کرنے کے سوا کچھ نہیں کیا۔

ان بہت سے سالوں کے دوران میں جو اس وقت سے گزر چکے ہیں۔ میں تمام دنیا
یاں گھوم چکا ہوں اکثر اوقات مجھے دن میں تین بار میٹھ کر دیئے پڑے لیکن مجھے کبھی
نفاکارت کا احساس نہیں ہوا۔ میں نے شاہراہ ہند کا سیاح اور گیارہ دوسری کتابیں
بھی لکھیں لیکن ان ساری موقوفیات کے باوجود میں نے کبھی بھی کسی موعودہ ملاقات کو
میں نہیں کیا یا دیر سے نہیں پہنچا۔ کسی زمانے کی ساری پریشانیوں عرصہ ہوا، غائب
ہو چکی ہیں اور میں اب بھی اپنی عمر کے تریسٹھویں سال میں دوسروں کے لئے زندہ

رہنے اور ان کی خدمت کرنے کے لئے جوش و دلدل سے بدیزہ ہوں۔
میرا خیال ہے کہ جس ذہنی اور جسمانی توجہ کا مجھے حقیر ہونا اسی کی انسانی طور پر شریع
کی جاسکتی ہے، لیکن اس کی چنداں اہمیت نہیں ہے۔ زندگی "تجزیاتی عمل" سے ویسے تمہارے اد
اس پر چھپا کر اسے احاطہ میں لے لیتی ہے۔

میں صرف ایک چیز چاہتا ہوں، اکتیس سال ہوئے، لکھنؤ میں اس رات میری زندگی
میں منقلب اور بلند ہو گئی تھی۔ جب میری کمزوری اور مایوسی کی گہرائیوں میں مجھے کسی آواز نے
پکار کر کہا تھا: "اگر تم اسے میرے سپرد کرو اور کسی قسم کا فکر نہ کرو تو میں خود اس کا خیال
رکھوں گا۔ اور میں نے جواب دیا: "رب العزت ہی اس سودے کو قبول کرتا ہوں؟"

۱۵۔ ناگزیر سے تعاون

از ہوم کردائے

نامل حکار و نمبند پاش ہر سٹ ایونیو نیویارک ریویارک

میری زندگی کا تلخ ترین لمحہ ۱۹۳۲ء کا وہ دن تھا جب ٹیرٹ میرے مکان کے اگلے دروازے سے اندر آیا اور میں کھیلے باہر نکل گیا میں اپنے مکان کے اندر ٹینڈش روڈ فورسٹ سلازراگ آئی لینڈ سے فروم ہو چکا تھا جہاں کہ میرے بچے پیدا ہوئے تھے اور جہاں میں اپنے اہل درمیان کے ساتھ اٹھارہ برس تک اپنی زندگی گزار چکا تھا میرے یہ کبھی خواب میں بھی نہیں آیا تھا کہ میرے ساتھ بھی ایسا ہو سکتا ہے۔ بارہ سال پہلے میرا خیال تھا کہ میں دنیا کی انتہائی بلند چوٹی پر بیٹھا ہوں لیکن اب چوٹی منہدم ہو چکی تھی اور میں زمین پر گر پڑا تھا، میں نے ایک نادر آبی مینار کے موشن پکچر حقوق ہالی وڈ کی بہت کڑی قیمت پر بیچے تھے اس کی آمدنی کے برابر سے میں نے دو سال تک اپنے ہونٹوں کو کھٹکے غیر ملکی میں زندگی گذاری تھی ہم چھ مہینوں کی طرح گریس سٹوڈیو میں اور سڑیاں سڑیاں میں گئے تھے میں نے چھ مہینے پیرس میں بسر کئے اور ایک نادر تھا جس کا نام انیس پیرس دے رکھا تھا تھا۔ ایک موشن پکچر حقوق کا بھی معاوضہ ہو گیا اس پکچر میں دل رابا میں نے کام کیا تھا۔ اور یہاں کی بوہمی تہذیب نے مجھے بولی را جبر نے اپنی کئی تصویروں کے لئے کھینچے اور ہالی وڈ میں دہنے کے لئے طے کیا ہے

لے کے آئے اور انھیں کے وہاں تمام رکھ کر ہٹا دیا وہ وہاں کی کڑائی میں مر لے انھوں نے کی لایا اور

اور انھیں وہاں سے ہٹا دیا ہے۔

والی سپیکٹریس کھیں۔ لیکن میں نے انہیں ٹھکرا دیا۔ میں نیویا تک آنے کے لئے بے وقار تھا اور یہی میرے بڑے دنوں کا آغاز بنتا ہے!

مجھ پر آہستہ آہستہ یہ منکشف ہونے لگا کہ میں عظیم صلاحیتوں کا مالک ہوں جنہیں میں نے کبھی استعمال نہیں کیا، میں اپنے آپ کو ایک ہوشیار اور سیٹلا بزنس میں سمجھنے لگا۔ کسی نے مجھے بتایا کہ جان جیکب اسٹور نے نیویارک کی غالی زمینوں میں بربریہ ٹھکانوں کا کرائے، میں اسٹور کو کن تھا؟ محض ایک نوآباد کار جو تھلا کر دتا ہے اگر وہ لیکر سکتا ہے تو میں کیوں نہیں؟..... میں بڑی جلدی امیر بن جاؤں گا! میں ہوائی قلعے تعمیر کرنے لگا۔

مجھ میں جہالت اور لاعلمی تھی لیکن میں اسے تسلیم کرنے کے لئے تیار نہیں تھا۔ مجھے جائیداد وغیرہ مفرد کے متعلق اتنی ہی واقفیت تھی جس قدر کہ کسی وکیل کی رہنمائی آتش انوں کے متعلق ہوتی ہے۔ مجھے اپنی خیالی مادر زندگی کے لئے کہیں سے روپیہ حاصل کرنا تھا اور یہ کوئی مشکل کام نہیں تھا۔ میں نے اپنا مکان رہن رکھ دیا اور فورٹ پلزمین بہترین عمارتی تصامیم خرید لئے، میل لدا دے دیا تھا کہ اس زمین کو اس وقت تک اپنے پاس رکھوں گا جب تک کہ اسی کی قیمت میں مبالغہ آمیز مدد تک اضافہ نہیں ہو جاتا، پھر میں اسے بیچ دوں گا اور ہمیشہ وراثت کی زندگی بسر کروں گا۔ میں جس نے بھی اٹکل برابر جائیداد وغیرہ مفرد کی خرید و فروخت نہیں کی تھی۔ مجھے محنت کشوں پر رحم آتا تھا جو معمولی تنخواہوں کے لئے دھڑوں میں اپنا خون پسینہ ایک کر دیتے ہیں۔ میں نے اپنے آپ سے کہا کہ خدا نے ہر شخص کو دانائی اور نسیب فراہم کیا ہے۔

اچانک عظیم کساد بزاری نے میرے اٹکل کے طوفان گرد و باد کی طرح ہر چیز کو اپنی لپیٹ میں لے لیا۔ میں بھی اس سے محفوظ نہ رہ سکا، اس نے مجھے اس طرح بھینچا جیسے سیاحانہ می دھڑوں کو بھینچ دیا کرتا ہے۔

مجھے اس صبح ہی مائے کے اس دلیرانہ دہانے والے ٹکڑے پر پہنچنے والے موٹر گاڑی کے دروازے پر

کھنے پڑنے تھے اور وہ چھپے کچھ کتنی تیرے آتے تھے، اس کے علاوہ مجھے اپنے ہم سفر
 مکان کی ادائیگیاں بھی کرنی پڑتی تھیں اور کھانے پینے کا بندوبست بھی۔ میں بے حد پریشان
 تھا میں نے اخباروں کے ملے مزاحیہ مضامین اور کہانیاں لکھنے کی کوشش کی لیکن میں اس میدان
 میں میری مدد کی کوششیں ناکام رہیں، میں کوئی چیز بھی بیچ نہ سکا میں نے جو ناول لکھا تھا اسے
 بھی ناکامی کا منہ دیکھنا پڑا میں بالکل تلاش ہو گیا، ٹائپ رائٹر اور اپنے دانتوں کے سوا
 کچھ چیزوں کے علاوہ میرے پاس کوئی چیز نہ رہی تھی جس پر میں قرض لے سکتا، دودھ کی کچی
 نے دودھ دینے سے انکار کر دیا جس کمپنی نے گیس کا سپلائی بند کر دی ہیں ایک چھٹا
 سا سوہ خدیہ بنا پڑا جس کے آپ اخباروں میں اشتہار دیکھتے ہوں گے۔ اس طرح اس
 میں ہاتھ سے ہوا بھرنی پڑتی تھی اور ایک برا فساد و ختم ہنس کی طرح اس میں سے
 خوں خوں کی آواز نکلتی تھی۔

ہاوسے پاس کوئی ختم ہو گیا کمپنی نے ہم پر نالاش کر دی۔ اب یہیں صرف آتش دان سے حرارت
 مل سکتی تھی۔ میں رات کے وقت جاتا اور امیر لوگ جہاں نے مکان بنا رہے ہوتے جہاں سے
 نکلے اور کھانا اٹھا لاتا۔ میں جو دنیا کا امیر ترین آدمی بنے کے خواب دیکھ رہا تھا....
 میں اس قدر متغیر اور پریشان رہنے لگا کہ میری ٹیسٹ بھی اڑ گئی۔ میں اکثر اذیت
 آدمی آدمی رات کو بستر سے اٹھ کھڑا ہوتا اور اپنے تپ کو تھکانے کے لئے گھنٹوں اور
 اُدھر کے پھر لگایا کرتا تھا تاکہ کسی طرح مجھے نیند آجائے۔

مجھ سے نہ صرف خالی زمین ہی چھٹی گئی جو میں نے اتنی امیدوں اور آرزوؤں کے ساتھ
 خریدی تھی، بلکہ اس نے میرے بڑے کارخانوں بھی چھوٹی چھوٹی میں ہی پھونک دیا۔
 بنک نے میرے مکان کا رہن بند کر دیا اور مجھے اپنے اہل و عیال سمیت گھر سے باہر
 نکال دیا۔

مجھ میں نے کسی نہ کسی طرح غصے بہت روپے کا انتظام کر لیا، دوسرے نے آگے چھوڑ

ماہیٹ کر کے پسے لیا۔ ہم نے یہ نقل مکانی سلا ۱۹ کے آخری دورہ کو کی تھی۔ ایک صندوق پر بیٹھ گیا اور اپنے ارد گرد غور کرنے لگا۔ مجھے اپنی اچھی طرح ایک پرانی کہادت یاد آئی: ”گرے جوئے وودھ پرمٹ چلاؤ۔“

لیکن یہ وودھ نہیں تھا۔ یہ تو میرے دل کا خون تھا!

جب یہاں کچھ دیر تک بیٹھا رہا۔ میں نے اپنے آپ سے کہا: ”ہاں! میں پاتال کو چھو چکا ہوں، پھر بھی مجھے سلامت رہا ہوں۔ اب اچر کے سوا کوئی جگہ باقی نہیں رہی جہاں میں جا سکوں۔“

ہاں! ابھی میں اور ابھی چیزوں کے متعلق سوچنے لگا، جو کہ میں نے مجھ سے نہیں چھینی تھیں۔ میرے پاس ابھی تک میری صحت اور میرے دوست موجود ہیں۔ میں پھر کام شروع کر دوں گا۔ میں افسی پر آمونہ نہیں ہاؤں گا۔ ہر روز ان الفاظ کو ہرایا کروں گا جو میری اچھی گرسے ہوئے وودھ کے متعلق کہا کرتی تھی۔

ہر حال میں جو قوت پریشانیوں اور الجھنوں پر ضائع کر رہا تھا، وہ میرے کام میں لگا دی۔ آہستہ آہستہ میرے حالات بہتر ہونے لگے۔ اب میں تقریباً شکر گزار ہوں کہ مجھے پسپا کیے برواشت کرنا پڑا۔ اس نے مجھے طاقت، استقلال، عزم اور خود اعتمادی دی ہے، جس بابت ہوں کہ پاتال، اپنے کچھ مطلب ہے۔ میں جانتا ہوں کہ اسی سے آپ ہلاک نہیں ہوتے۔ میں جانتا ہوں کہ ہمارے اندر ہمارے خیال زیادہ قوت برواشت کا مادہ موجود ہے۔ اب جب کبھی چھوٹی سوئی پریشانیاں اور تفکرات مجھے بے چین اور مضطرب

کرنے کی کوشش کرتے ہیں میں اپنے آپ کو وہ دقت یاد دلاتا ہوں جب میں صندوق پر بیٹھا تھا، اور اپنے آپ سے کہہ رہا تھا، میں پاتال کو چھو چکا ہوں پھر بھی صحت سلامت رہا ہوں۔ اب اوپر کے سوا کوئی جگہ باقی نہیں رہی، جہاں میں نہ جا سکوں، ایسا کہنے سے میری پریشانیاں دُور ہو جاتی ہیں، اور مجھے سکون ہو جاتا ہے۔

یہاں کون سا اصول ہے؟ براہ چیرنے کی کوشش نہ کیجئے، ناگزیر کو
 قبول کیجئے، اگر آپ اور نیچے نہیں جاسکتے۔ اُد پر آنے کی کوشش تو کر
 سکتے ہیں۔

۱۴۔ میرا سخت ترین مخالف۔ پریشانی

از جیک ٹیمپ سی

کچھ بازی کے دوران میں مجھے معلوم ہوا کہ کچھ بازوں کی نسبت میری تقریباً سخت ترین مخالف جہانگیرہ ہے۔ کچھ پریشانی ہے۔ میں نے اندازہ لگایا کہ تو مجھے پریشانی کو ختم کرنا ہوگا نہیں تو وہ میری قوت حیات کو چوس لے گی اور میری کامیابی کے امکانات کا کلا گھونٹ دے گی۔ چنانچہ میں نے اپنے لئے ایک نیا انداز عمل مرتب کر لیا جو مندرجہ ذیل چند باتوں پر مشتمل تھا۔

۱۔ کچھ بازی کے اندر اپنی جرات و حوصلہ برقرار رکھنے کے لئے میں مقابلے کے دوران میں اپنے آپ سے ایک ولولہ انگیز گفتگو کرتا۔ مثلاً جب فیروز سے میرا مقابلہ ہوا میں باسبار اپنے آپ سے کہتے رہا، کوئی چیز میری مزاحمت نہیں کرے گی۔ وہ مجھے چوٹ نہیں لگائے گا اگر وہ لگائے گی کامیاب بھی ہو جائے تو میں اس کی چوٹوں کو بالکل محسوس نہیں کروں گا مجھے کوئی چوٹ پہنچ ہی نہیں سکتی۔ خواہ کچھ بھی ہو جائے۔ میں مقابلہ جاری رکھوں گا۔ اپنے آپ سے اس قسم کی مثبت باتیں کرنے اور مثبت خیالات سوچنے سے مجھے بڑی مدد ملتی اس سے میرا دماغ اس قدر معروف رہتا کہ میں چوٹوں کو مطلق محسوس نہ کرتا۔ کہ بازی کی زندگی کے دوران میں میرے لب کھلے گئے، میری آنکھیں پھوٹ گئیں، میری پیدلیاں ٹوٹ گئیں۔

— اور ایک دفعہ فیروز نے مجھے سے باہر پھینک دیا۔ میں ایک نامزد نگار کے ٹاپ پر کھڑا ہو کر پڑا اور اس کا استیفاء کر دیا۔ لیکن مجھے فیروز کی کبھی بھی کوئی چوٹ محسوس نہیں ہوئی۔ مگر ایک چوٹ ایسی تھی جسے میں نے فی الواقع محسوس کیا تھا۔ اس رات میسٹر جاس نے میری تھیں پسلیاں توڑ رکھی تھیں۔ گھونٹنے سے مجھے چوٹ تو محسوس نہیں ہونے لگی، لیکن اس نے میرے راس پر ضررہ لگا دیا۔ میں پوری حیا و ندامت کے ساتھ کہتا ہوں کہ قلعہ کے اندر مجھے جتنی بھی چوٹیں لگیں اس ایک کے سوا میں نے کبھی بھی کوئی چوٹ محسوس نہیں کی تھی۔

۲۔ ایک دوسری بات میں نے یہی کہ میں ہر وقت اپنے آپ کو یوں دلاتا رہتا تھا کہ پریشان ہونے سے کوئی تجربہ سادہ نہیں ہوتا، میری بڑی بڑی ریٹ لیاں بڑے بڑے نقابوں سے پہلے ہی محسوس ہو چکی تھیں۔ جب میں کتے بازی کی تربیت حاصل کر رہا تھا، میں بہت پریشان رہتا تھا۔ میں ماٹوں کو اکثر گھنٹوں جاگتا پڑا رہتا، کر دینے بدلتا اور فکروں میں گھلتا رہتا۔ مجھے مینڈ نہ آتی۔ میں اس خوف سے پریشان رہتا کہ ممکن ہے کہ پہلے ہی نقابے میں میرا بازو ٹوٹ جائے۔ ٹخنے میں موچا آجائے یا میری آنکھ بری طرح زخمی ہو جائے۔ چہاں تو میں بستر پر اپنے حوالہ بخاندہ کہہ سکتا، جب میں اس اعلیٰ کیفیت میں بڑی طرح مبتلا ہوتا۔ میں کیا کیا کر بستر سے اٹھ کھڑا ہوتا۔ آئینے میں جھانکتا اور اپنے آپ کو خوب معن طبعی کرتا۔ میں کہتا "تم کتنے بیوقوف ہو کہ اس چیز کے متعلق چویشان ہو رہے ہو جو ابھی تک واقع نہیں ہوئی، اور شاید کبھی بھی واقع نہ ہو، زندگی مختصر ہے، تمہارے پاس زندہ رہنے کے لئے بہت کم وقت ہے، تمہیں تو اپنی زندگی سے لطف اٹھانا چاہیئے نہ کہ پریشان ہونا، میں اپنے آپ سے کہتا رہتا۔ میری محنت سے زیادہ ضروری کوئی چیز نہیں ہے۔ میری محنت سے اہم کوئی چیز نہیں ہے۔ میں اپنے آپ کو متواتر یاد دلاتا کہ "تیند گنگا کا اندر پریشان رہنا کہہ کر تیرا محنت خراب ہو جائے گا۔" میں دیکھتا ہوں کہ شب بشب، سال بھر میں اپنے آپ کو یہ باتیں یاد دلانے سے وہ میرے جسم کے اندر داخل ہو گئی ہیں اور یہ اپنی پیشانیوں

کو جو کہ کی لکیر کی طرح مناسکت ہوں۔

۲۔ تیسری اور بہترین چیز جو میں نے کی یہ ہے کہ میں دعا مانگا کرتا تھا، جب میں کئے پاؤں کی حریمیت حاصل کر دیتا تھا، یہ ہمیشہ دن کی کئی کئی بار دعا مانگا کرتا تھا اور جب میں مناجات کے لئے وارڈ سے کے اندر جاتا، میں ہر راؤنڈ کے وقت گھنٹی بجنے سے پہلے ہمیشہ دعا مانگا کرتا تھا اگر سے مجھے جرات اور خود اعتمادی سے بڑھنے میں مدد ملتی تھی۔ میں آج تک دعا مانگے بغیر کبھی نہیں سویا ہوں اور میں نے خدا کا شکر ادا کرنے سے پہلے کبھی کھانا نہیں کھایا ہے۔
— کیا میری دعا تم بھی قبول ہوئی ہو گی؟ ایک بار نہیں ہزاروں بار!

141

از کیفیتین بالمر

نمبر ۱۰۷ روزنامہ پرنسپل سٹی ٹی، مسوری

جب میں ابھی چھوٹی سی بچی ہی تھی میری زندگی پر غم و اندوہ کے تاریک ہول چھا گئے۔ میری امی طاعنہ قلب میں مبتلا تھیں۔ یہ ہر روز انھیں بے ہوش ہوتے اور فرش پر گرتے دیکھتے ہم سب ڈرتے تھے کہ وہ زندہ نہیں بچیں گی اور مجھے یقین تھا کہ وہ تمام جھوٹے جھوٹے بچے بچیاں جن کا میں مر جاتی ہوں، مرکزی وزیر لی آن ہم خستہ فی صبح دیتے جاتے ہیں، جو کہ ریاست مسوری کے شہر وارنٹیل میں واقع تھا جہاں انہم رہتے تھے۔ مجھے وہاں جاننے کے خیال ہی سے وحشت ہونے لگی تھی اور جب میں چھ سال کی ہوئی۔ یہ ہر وقت دعا مانگا کرتی تھی کہ انڈیا میں میری امی کو کم از کم میرے بڑے بھائی تک زخمی نہ رہنے دے۔ تاکہ مجھے شہم خانے میں نہ جانا پڑے۔

میں سالِ تبدیلی کے پہلے مینر کو ایک حادثے میں سخت چوٹ پہنچی۔ دو سال تک وہ شدید درد میں مبتلا رہا تاں کہ اس چوٹ کے اثر سے اس کا استعفیٰ ہو گیا۔ وہ تو کچھ کچھ مکتہ تھا اور نہ ہیستر پر کڑی ہی بدلتا تھا۔ اس کے بعد کا شدت کو کم کرنے کیلئے

یہ دن رات اسے تین گھنٹوں کے بعد زانیہ دیا کرتی تھی اور دو سال تک یہ سلسلہ جاری رہا۔ اس وقت میں مرکزی دینلی آن کالج وائٹس میں مریضی کی جہازوں کو پڑھایا کرتی تھی۔ جب پڑھائی میرے بھائی کو درد کی شدت سے پہنچے جواتے تھے، وہ مجھے کالج میں بیٹیفون کر دیتے تھے اور میں سب کو جھوٹ بھار کر اپنے بھائی کو ملہ دینا کا ایک اور انجکشن دینے کے لئے بھگت سے گھر پہنچ جاتی۔ رات کو جب میں بستر پر بیٹھتی، تو تین گھنٹے کا آرام نکھادیتی، تاکہ میں یقینی طور پر اٹھ کر اپنے بھائی کو انجکشن دے سکوں۔ مجھے یاد ہے کہ سردیوں کی راتوں میں میں دودھ کی بوتلی بھرنے کے باہر رکھ دیتی تھی تاکہ یہ گرم کر ایک قسم کی انس کریم بن جاتی جسے میں بہت پسند کرتی تھی۔ جب آرام بننا تو بہت آسان کیلیم میری خینڈ کا خامہ توڑنے کے لئے مزید محرک کا کام دیتی۔

ان عام مشکلات کے دوران میں میں نے دو کام کئے جن سے میں خود رسی کے جذبات میں بہنے پریشانی و افکار میں مبتلا ہونے اور اپنا زندگی کو افسردگی و غمگینی سے تلخ بنانے سے بچا سکی، اولیٰ میں ہر دو دن بارہ سے چودہ گھنٹے تک مریضی پڑھانے میں مصروف رہتی رہاں لے اپنی مشکلات کے متعلق سوچنے کے لئے میرے پاس بہت کم وقت بچتا اور جب میرا جی اپنے اوپر ترس کھانے کے لئے چاہتا تو میں بار بار اپنے آپ سے کہتی: ”خدا سہو! جب تک تم چلنے پھرنے اور کھانے پینے کے قابل ہو، اور شدید درد سے محفوظ رہو، تمہیں دنیا میں سب سے زیادہ خوشی باقی اور سرور انسان ہونا چاہیے۔ خدا کچھ بھی ہو جائے، کوئی پرواہ نہیں۔ لیکن جب تک زندہ ہو اسے کبھی نہ بھولو! کبھی نہ! کبھی نہ!“

میں نے تھیکہ لکھا تھا کہ بہت سی برکتوں اور نعمتوں کا شکر ادا کرنے کے لئے حتی الامکان ایک غیر شعوری اور مسلسل رویہ اختیار کرنے کی کوشش کرتی رہوں گی۔ ہر روز صبح کے وقت جب میں بیدار ہوتی میں خدا کا شکر ادا کرتی کہ حالات جیسے تھے اس سے بدتر نہیں

مورے اور میں نے یہ دل میں ٹھکان لی کہ اپنی مشکلات کے باوجود میں وائٹس کی
 مسرور ترین افسانہ بنوں گی۔ ممکن ہے کہ میں اس منزل تک پہنچنے میں کامیاب نہ ہو
 سکی ہوں۔ لیکن اتنا ہی وثوق سے کہہ سکتی ہوں کہ میں اپنے شہر کی نسبت سے زیادہ شکر
 گزارہ خاتون ہوں اور شاید بہت کم لوگوں کو اتنی تھوڑی پریشانیاں ہوں گی جتنی کہ
 مجھے ہیں۔

موسیقی کی اس اُستادانی نے دو اعداؤں پر غلبہ کیا جو اس کتاب میں بیان
 کئے گئے ہیں۔ وہ اس قدر مصروف رہی کہ اسے پریشان ہونے کا کوئی موقع ہی
 نہ ملا اور وہ اپنی ریکٹوں کھگنتی رہی۔ آپ کے لئے بھی یہ تکنیک مفید اور
 کامدہ ہو سکتی ہے۔

۱۸۔ تفریح اور آرام

کیمرون شب

میگزین رائٹر

میں کئی سال تک کیلے فورنیا میں وارنر بادران کے ٹوڈیو کے شعبہ نشر و اشاعت میں نہایت مسرت اور خوشی کے عالم میں کام کرتا رہا ہوں۔ جی ایک یونٹ میں اور فوجنگا رکھا، یہی وارنر بادران کے ٹیٹاروں کے متعلق اخباروں اور رسالوں کے لئے کہانیاں لکھا کرتا تھا۔

ایک ایک مجھے ترقی مل گئی مجھے شعبہ نشر و اشاعت کا اسسٹنٹ ڈائریکٹر بنا دیا گیا درحقیقت شعبہ انتظامیہ میں کچھ تبدیلیاں کی گئیں اور میرے عہدے کو ایک موزن نام — ایڈمنسٹریٹو اسسٹنٹ دے دیا گیا۔

اس کا نتیجہ یہ ہوا کہ مجھے ایک وسیع دفتر ایک پرائیویٹ ریفرنس بیورو اور دو سیکرٹری مل گئے۔ اور غیر معنیوں، نظم کارکنوں اور ماسٹریں ریڈیو کے سٹیشن کا مکمل چارج میرے سپرد کر دیا گیا۔ یہی اپنی ترقی سے بے حد شہ ۱۱ شام کے وقت سیدھا بنا رہا تھا اور ایک نیسٹ خرید لایا۔ میں غزوات کے ساتھ بات چیت کرنے لگا۔ ٹائیٹنگ

ہمسلم مقرر کیا اور رعب و دبہ کے ساتھ فیصلے صادر کرنے اور بیچ کھانے کی نہایت تیزی دکھانے لگا۔

مجھے یقین ہو گیا تھا کہ اندر براہِ ران کے تعلقات عامہ کی ساری پالیسی کا بوجھ جس ایسے کندھوں پر اٹھائے ہوئے ہوں، میں سمجھنے لگا کہ بیٹ ڈیلوں، ادیلر یا دوا ہادی لاند، جیمز کینیف، ایڈورڈ جی۔ رابنس، ایرس فلن، ہنفری کارٹ، این شیرڈون، انیکس سمٹھ اور این بیل جیسی مستیوں کی پرائیویٹ اور پبلک دونوں زندگیاں سراسر میری تھی ہی آگئی ہیں۔

ایک عینے کے اندر اندر مجھے معلوم ہو گیا کہ یہ بے معرے ہی ناسور ہو گئے ہیں اور غالباً سرطان بھی۔

اسی وقت جنگ کا زمانہ تھا، پیری سب سے بڑی ذمہ داری پہنچی کہیں فلم کاروں کو انجن کی جگہ کر کے میوں کی کمی کا صدر تھا، مجھے یہ کواپسنہ تھا، انجن کے جلسوں میں اپنے حیرتوں سے دل کر مجھے بڑی خوشی ہوتی تھی، پھر ان مجلسوں سے مجھے رحمت ہونے لگی اور مجھ پر ان کا ہول طاری ہونے لگا، میں ہر لمحے کے بعد محنت کیا رہ جاتا۔ گھر جلتے ہوئے مجھے راستے میں اکثر اوقات اپنی کار کو ٹری کرنی پڑتی اور آگے چلنے سے پیشتر خوب اچھی طرح آرام کرنا پڑتا۔ کام بہت زیادہ نظر آتا تھا اور اس کے کرنے کے لئے وقت بہت کم اور اس کا کرنا بھی لازمی ہوتا تھا۔ میری حالت قابلِ رحم تھی مجھ سے پینٹن نظر نہ آتا تھا۔ میں بالکل پتھر بن کر رہا، میری ساری زندگی سرد یا انتہائی درونگام بیماری ہی تھی۔ میری قوتوں میں شدید کشمکش ہونے لگی۔ میرا وزن گھٹ گیا، نیند اڑ گئی اور ہر وقت سر جھکائے لگا۔

چنانچہ میں ایک روز ڈاکٹر علی طب کے شہرہ آفاق ماسر سے ملنے گیا۔ ایک اٹلناری شخص نے اس کی سفارش کی تھی۔ اس شخص نے کہا کہ اس ڈاکٹر کے بہت سے موکل ہیں جو لوگوں

میں اس کا پرہیز کیا کر رہا تھا :

ڈاکٹر نے نہایت مختصر گفتگو کی تھی اتنی ہی جی پی میں اسے صرف یہ بت سکا کہ مجھے کہاں اور کیا تکلیف ہے اور میں اپنی روزی کھانے کے لئے کیا کام کرتا ہوں سب کا معلوم ہونا تھا کہ اسے میرے عوارض کی نسبت میرے کام سے زیادہ دلچسپی تھی۔ لیکن جلد ہی مجھے اطمینان ہو گیا، وہ وہ مجھے تک روٹا نہ ہر قسم کا معلوم معائنہ کرتا رہا۔ میری چھان بھٹک کی کئی، مجھے خوب اچھی طرح ٹٹولا گیا۔ میداؤ کس رسے اور فلور و سکوپ کیا گیا۔ آخر مجھے برائیت کی گئی کہ میں اس سے طول اداس کا سُن لوں۔

”مشرپ“ اس نے میری طرف جھکے ہوئے اور میری طرف سگریٹ بڑھاتے ہوئے کہا: ”ہم ان جامع معائنوں میں گزر چکے ہیں، تھلاؤ ضروری تھے اگرچہ مجھے پہلے ہی رسالہ دواں قسم کے معائنے میں ملوٹا تھا کہ آپ کے معدے میں نامور بالکل نہیں ہیں۔“

”لیکن میں جانتا تھا کہ جس ڈھب کے آپ آدمی ہیں اور جس قسم کا آپ کام کرتے ہیں، اگر ایسے شخص کی پوری قسط نہ لی جائے تو یقین نہیں آتا۔“ سمجھتے ہیں آپ کو دکھاتا ہوں۔“

چنانچہ اس نے مجھے اُسے کے چارٹ دکھائے اور اُن کے تشریح کی۔ اور مجھے سمجھایا کہ میرے معدے میں کچھ قسم کے نامور نہیں ہیں۔ اب ڈاکٹر صاحب نے کہا: ”آپ کا اس پر کھڑا رہیں جو یہ ہوگا ہے لیکن پھر بھی یہ سودا آپ کے لئے مست ہے۔“ سوچ رہا تھا کہ ”اب“ جب میں شکایت کرنے لگا تو وہ خاموش ہو گیا۔ پھر بولا: ”اب مجھے عموماً ہوتا ہے کہ آپ فی الفور اس مسئلے پر عمل نہیں کر سکتے اس لئے میں آپ کو ایک سہ ماہی دیتا ہوں یہ چند گولیاں ہیں۔ ان میں بلا درخشاں ہے۔ آپ ان میں سے جن قدر چاہیں لے سکتے ہیں، جب یہ ختم ہو جائی میرے پاس تشریف لے آئیے، میں آپ کو اور وید دے گا۔“

یہ آپ کو کسی قسم کا نقصان نہیں پہنچائی گی بلکہ جسم کو آرام دلانے کے لئے مفید رہے گی۔
 ”لیکن یہ دیکھو! ڈاکٹر نے شبہ کرتے ہوئے کہا: آپ کو ان کی ضرورت نہیں ہے
 آپ کو مرنا سیکرنا ہے کسی قسم کے فکر اور پریشانی کو اپنے ذہن اور خیالات سے بڑھ
 مٹا دیجئے۔“

اگر آپ دوبارہ پریشان اور متفکر رہنے لگے تو آپ کو کیا انا پڑے گا اور میں
 آپ سے بڑی بھاری نفیس وصول کروں گا۔ کیا خیال ہے آپ کا؟
 کوشش کریں۔ پورٹ دے سکتا ہوں آپ کے سبق پر اسی روز شعل شروع ہو گیا ہے
 میں نے فی الفور پریشان رہا اور فکر میں پڑے رہے ہمارا دیر تک کر دیا ہے میں نے
 ایسا نہ کیا میں کئی ہفتوں تک گولیاں کھانا رہا۔ جب کبھی میں پریشان ہوتا ہوں تو کام جسے جانتی
 اور مجھے اپنی حالت فوراً بہتر محسوس ہونے لگتی۔

پھر ایک دوسری نے مجھے کیا کان گولیاں کو کھاتے رہنا سزا ہے جسمانی لحاظ
 سے ایک لمبا رنگا آدنی ہوں میرا قد تقریباً ۱۸۰ سینٹی میٹر تھا لیکن اب اس کا وزن کوئی دو سو
 پونڈ کے قریب بچھ رہی ہے۔ اپنے جسم کو آرام دینے کے لئے چھوٹی چھوٹی سفید گولیاں کھا رہا
 تھا، میری حالت بالکل اچانک ہوئی تھی جو اعتدال الرحم میں مبتلا ہو جب میرے
 درست مجھے پوچھے کہ تم گولیاں کیوں کھا رہے ہو مجھے انہیں بتاتے ہوئے شروع کر دی، آہستہ
 آہستہ میری آنکھیں کھلنے لگیں، میں اپنے اوپر ہتھ پھرنے لگی تھی کہ میں کہتا: کیمرون شپا اور
 دیکھو تم بالکل بے توفوں کی طرح تھیں کہ رہے ہو، تم اپنے آپ کو درپہی و فم واریوں کو براہِ مواہ
 اتھاہمیت دے رہے ہو، تمہارے شعبہ نشر و اشاعت کے انچارج جسے جسے ہی بیٹ
 ڈیویس جیمز گیلنی اور ایڈیٹر ڈیویس۔ راجس عالمگیر شہرت حاصل کر چکے تھے اور اگر تم آج
 بات ہی چھوڑ کر نہیں چلے تو اہل ذہن اور اہل ان کے غلام اشارتاً ہمارے غریب بھی ہوا کام
 چلائی گئے آئین ہاؤس جنرل مارشل، ایک آرتھرومیک ڈیویس اور ایڈیٹر گیلن کی طرف

وہ گولیاں کھاتے بغیر جگہ کا نظم و نسق چلا رہے ہیں۔ لیکن ایک قسم ہو کہ گولیاں کھائے بغیر
فلکساروں کی اٹھن کی مرکز میں کی کمیٹی کے چیریٹی کی حیثیت سے کام نہیں کر سکتے، جو ہمارے
معدے کو محسوس اہم کے گولوں کی طرح بل کھانے اور کھونٹے سے محفوظ رکھتی ہیں۔

یہ گولیاں کھائے بغیر اپنا کام پورے پر فزیموس کرنے لگا۔ کچھ دنوں کے بعد میں نے
گولوں کو نالی میں پھینک دیا اور سہ روز شام کے وقت پر گھر پہنچ جانا تاکہ ڈنر سے پہلے
مقوی سی آنکھ لگا سکوں اور آہستہ آہستہ نارمل زندگی بسر کرنے لگا۔ مجھے ڈاکٹر سے
ملنے کی پھر بھی ضرورت محسوس نہیں ہوئی۔

لیکن میں اس کا بہت مشکور ہوں، اس سے بھی کبھی زیادہ اس فیس کا جواب دیتے
اتنی کڑی محسوس ہوتی تھی۔ اس نے مجھے اپنے اور پینٹ سیکھا۔ لیکن میرے خیال میں
اس کی سطح معاملہ نہیں اور تعلیمیت یہ ہے کہ اس نے میرا فراق اڑانے سے اور مجھے یہ
بتانے سے اجتناب کیا کہ تم خواہ مخواہ پریشان ہو رہے ہو۔ اس نے نہایت بنیادی
سے پر علاج کیا۔ اس نے میری شرم کا ٹھکانہ لکھا۔ اس نے ایک چھوٹے سے کس میں بند
کو کے مجھے میری صحت دی لیکن وہ بھی جانتا تھا اور میں بھی جانتا تھا کہ شفا ان معیار اور
معمولی اور حقیقہ گولوں میں نہیں تھی بلکہ میرے ذہنی دوریے کی تبدیلی میں تھی۔

اس کہانی کا نتیجہ یہ ہے کہ بہت سے لوگ جواب گولیاں کھا رہے ہیں، ان کے
لئے بہتر یہ ہے کہ وہ باب مفت پڑھیں اور اپنے جسم کو آسام پہنچائیں۔

۱۹۔ امروڑ بے تیر انسانہ

از ریورسینڈ ولیم وڈ

نمبر ۲۰ ہرل برٹ سٹوٹ شارلی دائرہ واشینگٹن

چند سال پہلے میرے معدے میں شدید قسم کا درد ہونے لگا۔ یہی حالتوں کو دہراؤ
 تین تین بار اٹھنا اور شدید درد کی ٹہیوں کی وجہ سے مجھے نیند نہ آتی میرے والد صاحب
 نے صدی سلطان میں مبتلا ہو کر انتقال کیا تھا اور مجھے ڈر تھا کہ میرے معدے میں سرطان نہیں
 تو کم از کم ناسور تو فوراً ہوں گے۔ یونانی میں معائنہ کرنے کے لئے سیالیت واشینگٹن کے
 شہر نیو یارک کی بیرونی تعلیمات میں گیا۔ ڈاکٹر لیبیکا اسٹرن معدہ کے ماہر خصوصی تھے انہوں
 نے فلورسکوپ سے میرا معائنہ کیا اور میرے معدے کا ایکس رے لے لیا۔ اکی کے بعد
 انہوں نے مجھے ایک دوا دی جس سے مجھے نیند آنے لگی اور مجھے یقین دلا کہ میرے معدے
 میں کسی قسم کے ناسور یا سرطان نہیں ہیں۔ انہوں نے کہا میرے معدے کے درد کی سارا
 علت غائی میری جذباتی کشمکش ہے۔ چونکہ میں ایک پادری ہوں، اس لئے انہوں نے
 مجھ سے سب سے پہلا سوال یہ پوچھا کہ کیا آپ کے گرجے کے سٹاف میں کوئی مراثی پڑھا
 ہے؟

اور کچھ اس نے مجھے بنا یادہ میں پہلے ہی حالت تھا۔ میں بہت کچھ کرنے کی کوشش کرتا تھا۔ ہر انوار کو خطبہ سنانے اور گرجے کے مختلف شعبہ انفع کو سرانجام دینے کے علاوہ میں ریڈ کراس سوسائٹی کا پریذیڈنٹ بھی تھا۔ میں ہر ہفتے دو تین بناؤں کی رسوا اور کچھ دوسری ذمہ داریاں بھی نبھایا کرتا تھا۔

میں مسلسل دباؤ کے نیچے کما کر رہا تھا اور کبھی اپنے جسم کو آرام نہ دے سکتا۔ میں ہر وقت کشیدہ اور اعصاب زدہ ہوتا تھا اور ہر کام میں کچھ بھگت کرنے کی کوشش کرتا۔ میں ایسے مقام پر پہنچ گیا تھا جہاں ہر چیز کے متعلق پریشان ہوتا ہے میری زندگی ایک مسلسل لڑائی کے سارے میں بسر ہو رہی تھی جس میں اس قدر تکلیف میں مبتلا تھا کہ میں نے ڈاکٹر میکا کے مشورے پر نہایت عرصے سے عمل کیا۔ میں ہر سوار کو چھوٹے منے اور مختلف قسم کے میوں اور ذمہ داریوں سے کنارہ کشی اختیار کرنے لگا۔

ایک روز اپنی میز صاف کرتے ہوئے مجھے ایک خیال سوجھا جو بے حد مفید ثابت ہوا۔ میں اپنی زبانی تقریروں کے نوٹ اور دوسرے مسائل سے متعلقہ کاغذات و دیگر رہا تھا جو کہ اب ماضی کی پہنچ تھی میں دفن ہو چکے تھے، میں نے انہیں ایک ایک کر کے سل ڈالا اور رُک کی ٹوکری میں پھینک دیا۔ اچانک میں رُک گیا اور اپنے آپ سے کہا: "ول تم اپنی پریشانیوں کے ساتھ یہی سلوک کیوں نہیں کرتے جو تم ان نوٹوں کے ساتھ کر رہے ہو؟ کیوں نہیں کل کے مسائل کے متعلق اپنا پریشانیوں کو مسل کر لے لیں رُک کی ٹوکری میں رکھ دیتے؟ اس خیال سے مجھے ایک فوری سکون مل گیا اور مجھے اس قسم کا احساس ہوا جیسے میرے سر سے کوئی وزن بوجھ اُتر گیا ہو۔ سو وہ دن آج کا دن، میں نے اپنا یہ اصول بنا لیا ہے کہ جس مسئلے کے ساتھ مجھے کوئی کوئی سروکار نہیں ہوتا، انہیں روحانی ٹوکری میں پھینک دیتا ہوں۔

ایک روز میری بیوی رکابیاں دھو کر انہیں پونچھ رہی تھی، کہ مجھے ایک اور خیال سوجھا میری بیوی رکابیاں دھوتے وقت گنگنا رہی تھی جس نے اپنے آپ سے کہا: "دل دیکھو، تمہاری

ہیوی کسی قدر خوش ہے۔ ہماری شادی کو اٹھارہ سال گزر چکے ہیں اور اس وقت سے وہ
رکابیاں دھونے کا کام کر رہی ہے مگر جب ہماری شادی ہوئی تھی اور وہ مستقبل
میں بھانک کر سمجھتی کہ اسے اٹھارہ دھونی پڑیں گی۔ رکابیوں کا یہ ڈھیر خرمن سے زیادہ
بڑا ہوتا ہے اور اس کا خیال ہی کسی عورت پر لرزہ طاری کرنے کے لئے کافی تھا۔

پھر میں نے اپنے آپ سے کہا تو میری بیوی برتن دھونے کے متعلق اس لئے پروا نہیں
کرتی کیونکہ وہ ایک وقت میں صرف ایک ہی دن کے برتن دھوتی ہے۔ اب ہی سمجھ گیا کہ
فساد کہاں سے شروع ہوتا ہے۔ جی آج کے کل کے اور وہ سب برتن جو ابھی سیسے بھی
نہیں ہوئے تھے، سبھی کو اکٹھا دھونے کا کوشش کر رہا تھا۔

مجھے معلوم ہوا کہ میں کتنی بڑی حماقت کا ارتکاب کر رہا ہوں، میں ہر اتوار کو منبر پر کھڑے
ہو کر لوگوں کو بتاتا کرتا تھا کہ زندگی کس طرح بسر کرنی چاہیے، لیکن میری اپنی زندگی کیسی تھی؟
کشیہ، پریشان اور جلد باننا مجھے اپنے آپ پر شرم آنے لگی۔

اب میں پریشانیوں سے ہراساں نہیں ہوتا، میرے معدے میں کوئی نقص نہیں ہے مجھے
بے خوابی کا شکیبائ نہیں ہوئی اب میں کل رگڑے ہوئے کی پریشانیوں کو سل کر انہیں
ٹوڑی کی ٹوڑی میں پھینک دیتا ہوں اور سچ ہی آنے والے کل کے برتن دھونے کی
کوشش سے باز آ گیا ہوں۔

کیا آپ کو وہ بیان یاد ہے جس کا اس کتاب کے شروع میں حوالہ دیا جا چکا
ہے۔ اگرچہ فردا کے بوجھ کو دیر روز کے بوجھ کے ساتھ مل کر آج اٹھانے کی کوشش
کی جائے، تو مضبوط تر یہی شخص کے پاؤں بھی لڑکھڑاہیں گے۔ آپ اس کی
کوشش ہی کیوں کرتے ہیں؟ دیکھئے صفحہ ۱۱

۲۔ مصروف رہو

از ڈیل ہو آنر

پبلک ایکو فٹنٹس عکس اساتذہ انوسٹمنٹ اینڈ سیٹرائزنگ (م)

۱۹۴۳ء میں بی ایو کرک (میو میکسکو) کے فوجی ہسپتال میں داخل ہوا۔ میری تین پسلیاں ٹوٹ چکی تھیں اور ایک پیچھے اڑنی ہو گیا تھا۔ ہم ہوائی جہاز میں آبی جہازوں کو اُتارنے اور بڑھانے کی مشق کر رہے تھے۔ یہی مشق سے رمل پر پھلانگ لگانے کے لئے تیار ہی ہو رہا تھا کہ رمل کی طرف سے ایک ہیب ٹھکانے والی لہر آئی۔ اس نے کشتی کو اُچھال دیا۔ جس سے میرا توازن بگڑ گیا اور میں ریت پر بھاگرا، لہر نے مجھے اس قدر زور دے دیا کہ میں ایک شکستہ بلی میرے دائیں پیچھے پڑے کو لے کر میری اداسی بھی زخمی کر دیا۔

تین مہینے ہسپتال میں گزارنے کے بعد مجھے اپنی زندگی کا سب سے بڑا صدمہ پہنچا۔ دائیں دلوں نے مجھے بتایا کہ میری حالت میں دزدہ بھی آقا نہیں ہوا۔ کچھ دیر تک سنجیدگی سے سوچنے کے بعد مجھے صوم ہوا کہ میری پیدائش نیاں میری صحت یا بی کار راستہ رد کے کھڑی ہیں۔ میں سرگرم اور دودھ آگیز زندگی بسر کرنے کا عادی تھا، لیکن یہاں کیا حال تھا، میں تین مہینوں

کے دوران میں پورے گھنٹے پیٹھ کے بل چپٹ لیٹا رہا تھا اور مجھے سرے کے سوا اور کوئی کام نہیں تھا۔ میں جتنا زیادہ سوچتا، اتنا ہی زیادہ پریشان اور متفکر ہوتا۔ میں پریشان نہ رہا کہ میں دنیا میں کبھی اپنی جگہ سنبھال بھی سکوں گا۔ میں پریشان رہتا، کیا میں اپنی ساری زندگی پانچ بن کر ہی گزارا کر سکتا ہوں؟ ایک نارمل زندگی بسر کر سکوں گا۔

میں نے اپنے ڈاکٹر سے اصرار کیا کہ مجھے اگلے دارو میں منتقل کر دیا جائے۔ اسے ”دیپاتی“ کلب کہا جاتا تھا کیونکہ یہاں کے مریضوں کو تقریباً اجازت تھی کہ وہ جہاں بھی کریں۔

اس ”دیپاتی“ کلب دارو میں مجھے کنٹرولڈ برج سے دلچسپی ہو گئی۔ میں نے کھیل سیکھے، دوسرے سانچوں کے ساتھ مشق کرنے اور برج پر کھیلنے کی کتابیں پڑھنے میں تھک سکتے صرف تھے، ان چھ مفتوں کے بعد میں ہسپتال میں جتنا عرصہ مقیم رہا، اس دوران میں بے فائدہ سرشام کو برج کھیل رہا۔ پھر مجھے تو بخوبی معلوم ہوئی تھی کہ میں دلچسپی ہو گئی۔ اور میں ایک تالیق کا زیادہ نگراں میرے ہر کوئی سے پانچ بجے تک اس آرٹ کا مطالعہ کرنے لگا۔ میری بعض تصویریں اسی قدر اچھی تھیں کہ آپ انہیں دیکھ کر تقریباً ٹھیک ٹھیک بتا سکتے تھے کہ وہ کس چیز کے متعلق ہیں۔ میں نے صاحب بنانا اور لکڑی پر نقش و نگار کرنا بھی سیکھا۔ اور جب اس موضوع پر چند کتابیں پڑھیں تو اس پر میری دلچسپی اور بھی بڑھ گئی۔ میں اس قدر مصروف رہتا تھا کہ محلانی جسمانی حالت کے متعلق پریشان ہونے لگا کوئی ہی نہیں ملتا تھا اور اگر کوئی فائدہ وقت ہوتا بھی تو اس میں میں ریڈ کر اس کی جہاں کہہ کر وہ نفسیاتی کتابیں پڑھتا۔ مین، ہیملٹن کے اختتام پر اسے میڈیکل شاف نے ہمارے مجھے مبارکباد دی کہ میں نہایت یورٹائزنگز ترقی کر رہا ہوں جب سے میں پیدا ہوا ہوں میں نے اس سے زیادہ شیریں الفاظ کبھی نہیں سنے تھے۔ میں خوشی سے چلا چلا جاتا تھا۔

میں جس بات کا وضاحت کرنا چاہتا ہوں وہ یہ ہے کہ جب مجھے پیٹھ کے بل لیٹے رہنے کے بعد اپنے مستقبل کے متعلق پریشان رہنے کے سوا اور کوئی کام نہ تھا، میری محنت کی

قسم کا افاقہ نہ ہوا میں پریشانیوں اور تفکرات سے اپنے جسم کو مسموم کر رہا تھا میری ٹوٹی
 ہوئی پسلیاں تک ٹھیک نہ ہو سکیں۔ لیکن جونہی میں نے اپنا ذہن کنٹرول کر لیا کھیل کر،
 روحانی تھوڑی سی بنا کر اور مکروہی پر نقوش و شکار کھود کر اپنی ذات سے الگ کیا، ڈاکٹر دوں
 نے اعلان کیا کہ میں حیرت انگیز رفتار کے ساتھ رو بہ صحت ہو رہا ہوں۔

اب میں ایک نارمل زندگی بسر کر رہا ہوں۔ اور میرے پیچھے پڑے اتنے ہی تندرست
 ہی جتنے کہ آپ کے۔

یاد رکھیے کہ آنجنابی برنادٹا نے کہا تھا کہ ”غلامین رہنے کا راز یہ ہے کہ آپ
 کے پاس اس چیز کے شعلے پریشان ہونے کے لئے خدمت ہے کہ آپ خوش
 ہیں یا نہیں۔“ کام کیجئے، معروف رہئے! (دیکھیے صفحہ ۸۴)

۲۱۔ ”وقت زحموں کا مرہم ہے“

از لوئیس۔ ٹی۔ مان ٹینٹ جو نیر

۱۱۴ ویٹ ۶۳ وی سٹریٹ نیویارک (نیویارک)

پریشانی نے میری زندگی کے دس سال ضائع کئے۔ وہ دس سال — اٹھارہ سے اٹھائیس تک — جو کسی نوجوان کی زندگی کے سب سے زیادہ قیمتی اور بے بااورد سال ہوتے ہیں۔

باپ میں محسوس کرتا ہوں کہ یہ سال کسی دوسرے کی وجہ سے نہیں بلکہ میری اپنی فحش سے ضائع ہوئے۔

میں ہر چیز کے متعلق پریشان رہا کرتا تھا۔ اپنے کام، اپنی صحت، اپنے خاندان اور اپنے احساس کمتری کے متعلق ہی اس قدر غور فرودہ رہا کرتا تھا کہ اپنی جان پہچان کے لوگوں سے پہلو بچانے کے لئے میں لگی کاٹ جلیا کرتا تھا۔ جب کبھی لگی میں مجھے کوئی دوست ملی بھی جسا تا قریں اس سے نہ دیکھنے کا بہانہ کر دیتا کہ نہ کچھ میں بے رخی کے برتاؤ کے اظہار سے ڈرتا تھا۔

میں اجنبیوں سے ملتے ہوئے اس قدر گھبراتا تھا — اور ان کی موجودگی میں اس قدر

پریشان رہتا تھا کہ مجھے دفتروں کے دوران میں تین مختلف ملازمتوں سے بھی اس لئے محروم ہونا پڑا کہ مجھے کبھی اپنے ان تینوں مستقبل مالکوں کو اتنا بتانے کا حوصلہ نہیں پڑتا تھا کہ میں اپنے خیال کے مطابق کیا کر سکتا ہوں۔

آٹھ سال ہوئے، پھر ایک روز سپر کے وقت میں اپنی پریشانیوں پر غالب آگیا۔ اور اس وقت سے شاید ہی مجھے کبھی پریشانی لاحق ہوئی۔ اس سپر کوئی ایک ایسے شخص کے دفتر میں بیٹھا تھا جس کو مجھ کہیں زیادہ مشکلات و مصائب پیش تھے لیکن اس کی پیشانی پر خوشحالی نہیں۔ تھا اور میں نے اس جیسے سرور و خوش باش انسان کو کسی دیکھے ہوں گے۔ ۱۹۲۹ میں اس نے خوب روپیہ کمایا تھا اور پیسہ بھٹائی ہو گیا۔ ۱۹۳۲ء میں پھر اس کی قسمت کسات رہ چکا اور اس کے ذرا سے پیسے نہ مل سکے، لیکن وہ پھر برسوں کا شکار ہو گیا، اس کا دیوانہ کل گیا۔ اور اس کے دشمن اور قرضخواہ سہ وقتوں کی طرح اس کے پیچھے بھرتے گئے۔ اگر اتنی مشکلات کسی دوسرے شخص کو پیش آتی تو وہ بالکل ہمت ہار دیتا، دستبردار ہو کر خوشی کے لئے آمادہ ہو جاتا۔ لیکن اس شخص پر یہ مشکلات ایسے گزر رہی تھیں جیسے بٹخ کے سر سے پانی۔

آٹھ سال پیشتر جب میں اس کے دفتر میں بیٹھا ہوا تھا۔ مجھے اس کی حالت پر رشک آ رہا تھا اور میں خدا سے دعا کی مانگ رہا تھا کہ تو مجھے سمجھا دینا جیسا دے۔ جب ہم باتیں کر رہے تھے، اس نے ایک خط میری طرف بڑھایا اور کہا کہ اسے پڑھیے یہ ایک غصے اور تلخی سے بھرا خط تھا اور اس میں بے شمار جھپٹہ اور اٹھے ہوئے سوال اٹھائے گئے تھے۔ اگے مجھے ایسا خط ملتا تو میں ضرور چکر میں پڑ جاتا کہ کیا کروں کیا نہ کروں۔ میں نے اس سے پوچھا: آپ اس کا کیا جواب دیں گے؟

”اچھا، سنو، ملے کہاتیں تمہیں ایک چھوٹی سی راز کی بات بتانا ہوں۔ اگلی دن

جب یہیں کوئی ایسی بات پیش آئے جو فی الواقع پریشان کن نہ ہو، ایک منسل اور کاغذ کا پرزہ کا
 کہ بیٹھ جاؤ اور پوری تفصیل سے ٹھوکہ تم پریشان کیوں ہو۔ پھر کاغذ کے پرزے کو اپنی میز
 کی دامنہ دراز میں رکھ دو۔ وہاں اسے مزید دو منفتوں کے لئے پڑا رہنے دو۔ یہ وہاں
 بالکل محفوظ رہے گا۔ اس کا کچھ نہیں جھڑے گا۔ لیکن اس عرصے کے دوران میں جو مسئلہ تمہیں
 پریشان کر رہا ہے، اس کے ساتھ بہت کچھ کر سکتی رہے۔ میں نے اکثر یہی دیکھا ہے کہ اگر ذرا جی
 صبر و تحمل سے کام لوں تو جس پریشانی سے میں عاجز آ رہا ہوتا ہوں، وہ کاغذی غبار سے
 کہ طرح خود بخود منہدم ہو جاتی ہے۔

اس پھوٹی سی نصیحت نے مجھے بے حد متاثر کیا۔ میں اب کئی سالوں سے بل کے شور سے
 پر عمل کر رہا ہوں اور اسی کا یہ نتیجہ ہے کہ میں اب شاذ و نادر ہی کسی چیز کے متعلق پریشان ہوتا
 ہوں۔

وقت بے شمار مسکوں کو مل کر دیتا ہے۔ وقت ان مسائل کو بھی حل کر سکتا
 ہے جن کے متعلق آج پریشان ہیں۔



۲۲۔ بستر مرگ پر

از: جوڈنٹ - ایل - ریان

سپروائٹنڈنٹ ڈویژن رائل ٹائپ رائٹر کمپنی

براہ جوڈنٹس ٹیس، راک ڈل سٹریٹنگ آئی لینڈ نیو یارک

کئی سال ہوئے تک ایک قانونی مقدمے میں بطور ایک گواہ کے پیش ہوا جس سے مجھے بہت دماغی کھٹ اور پریشانی ہوئی۔ جب مقدمہ ختم ہو گیا، اور میں کھڑکی سے گھر آ رہا تھا، میں اچانک طور پر دل کے شدید دورے میں مبتلا ہو گیا۔ یہاں تک کہ مجھے سانس لینا بھی دشوار ہو گیا۔

جب میں گھر پہنچا، ڈاکٹر کو بلا گیا۔ اس نے مجھے ایک انجکشن دیا۔ میں ابھی تک بستر پر نہیں لیٹا تھا۔ میں میرے لئے ڈرائنگ روم کی میز سے ایک قدم آگے ہٹا کر بیٹھ گیا۔ جب مجھے جوش آیا، کیا دیکھتا ہوں کہ آخری رسوم ادا کرنے کے لئے پادری پہلے ہی موجود ہوا ہے۔

میں نے اپنے گھر والوں کے چہرے دیکھے جن پر غم و اندوہ کے تاریک بادل چھائے ہوئے تھے۔ میں نے سمجھا کہ میری زندگی کے دن پورے ہو چکے ہیں۔ بعد ازاں مجھے

معلوم ہوا کہ ڈاکٹر نے بیوی کو اس ہائیکڈر حقیقت کا سامنا کرنے کے لئے پہلے ہی تیار کر لیا تھا کہ میں غالباً تیس منٹ کے اندر اندر ہر جاؤں گا۔ میرا دل اس قدر کمزور ہو چکا تھا کہ مجھے سنبھلنا گیا کیا کہیں ایک لفظ بھی زبان سے نکلنے کی کوشش نہ کروں اور اپنی انگلی تک نہ ہاؤں۔

میں پارسل اور مفتی بھی نہیں رہا۔ لیکن میں نے ایک چیز ضرور دیکھی تھی کہ خدا کے معاملات پر کبھی جرح نہیں کرنی چاہیے۔ چنانچہ میں نے اپنی آنکھیں بند کر لیں۔ اور دل میں کہا: "مرث تری مرثی ہوگی۔۔۔۔۔ اگر آپ جو کہنا چاہتے تو فوراً میری مرضی سے ہو گا۔"

جنی میں نے اس خیال پر اپنی توجہ مرکوز کی۔ میں نے اپنے سارے جسم میں ایک مستم کا سکون محسوس کیا۔ میرا دل جلتا رہا اور میں نے جلدی جلدی اپنے آپ سے پوچھا کہ میں بدترین آدمی کیا ہو سکتا ہوں؟ خیر میں نے دیکھا کہ اس سے بھی بدترین اگر کوئی چیز ہو سکتی ہے تو وہ شدید درد کے ساتھ تشنگی کی امرکانی دالچا ہے۔ پھر سارا عقد پاک ہو جائے گا۔ میں اپنے خالق سے جا ملوں گا اور مجھے ہر قسم کا سکون حاصل ہو جائے گا۔

میں اس صوفے پر پڑا رہا اور ایک گھنٹے تک انتظار کرتا رہا۔ لیکن درد لوٹ کر نہ آیا۔ آخر کار میں نے اپنے آپ کو چھپا کر اگر اب کی بار میں نہ مرا تو میں اپنی زندگی کے ساتھ کیا کروں گا؟ میں نے پختہ اسادہ کر لیا۔ میں اپنی صحت کی بحالی کے لئے ہر ممکن کوشش کروں گا۔ میں طبی کٹکٹش اور پریشر نیول سے اپنا بیڑہ عرق نہیں کروں گا۔ بلکہ جس طرح بھی ہو سکے اپنی قوت کو دوبارہ حاصل کر کے رہوں گا۔

اس واقعے کو گزرتے چار سال ہو چکے ہیں۔ اب میں نے اس حد تک دوبارہ قوت حاصل کر لی ہے کہ میری طبی انتہیوں کی ترقی کو دیکھ کر خود ڈاکٹر بھی متعجب ہے۔ اب میں ہرگز پریشان اور مصحک نہیں ہوتا۔ میرے اندر زندگی کا ایک نیا دلولہ اور ایک نیا جوش

ہے یہی سچ عرض کرتا ہوں میں نے بدترین — اپنی متوقع موت — کا سامنا کیا
 جتنا۔ اور پھر دوبارہ اصلاح جو نے کسی کوشش نہ کی ہوتی تو مجھے یقین ہے کہ اس میں اس دنیا
 میں نہ ہوتا۔ اگر میں نے بدترین کو قبول نہ کیا ہوتا۔ تو میرا یقین ہے کہ میں اپنے ہی دُور اور
 خوف سے مر گیا ہوتا۔

مستر ریان آج زندہ ہے کیونکہ اس نے اس فلسفی اصول پر عمل کیا ہے جو
 بدترین وقوع پذیر ہو سکتا ہے۔ اس کا سامنا کیجئے۔ (دیکھیے صفحہ ۱۰۰)



۲۳۔ تین سنہری اصول

ان اور دوے ٹیڈ

اعلیٰ تعلیم کے بورڈ کا چیرمین

نیویارک (نیویارک)

پریشان رہنا ایک عادت ہے اور یہی اس غلامت کو بہت عرصہ قبل چھوڑ چکا ہوں
میرا یقین ہے کہ ان تین چیزوں کی بدولت اپنی پریشانی دور کر سکا ہوں۔

اول۔ میں اس قدر معرّفیت رکھتا ہوں کہ میرے پاس اتنا وقت ہی نہیں رہتا کہ خود

کو تباہ کرنے والی پریشانی کے متعلق کچھ سوچ سکوں یا اس میں مبتلا ہو سکوں میرے پاس

تین بڑے کام ہیں، جن میں سے ہر ایک بجائے خود پورے وقت کا کام جوتا یا ہے۔

میں کوئلبیا پرنسٹن میں اجتماعوں کے سامنے نیکھتا ہوں۔ میں نیویارک شہر کی اعلیٰ

تعلیم کے بورڈ کا چیرمین ہوں۔ میں ہارمپائیڈ براڈرانڈ کے اشاعتی ادارے کے شعبہ

کتابت مساعید و مساجید کا انچارج ہوں، ان تینوں کاموں کے پیچھے فرائض کے بعد میرے پاس

تین ریاضی چڑھانے اور اخذ ہونے، پریشان رہنے اور بن کھانے کے لئے کوئی وقت نہیں بچتا۔

دوم۔ جب میں ایک کام سے دوسرے کام کی طرف رجوع کرتا ہوں، تو میں پہلے

جس مسئلے کے متعلق سوچ رہا ہوتا ہوں، اس کے متعلق سارے خیالات اپنے دماغ سے نکال دیتا ہوں، میرا تجربہ ہے کہ ایک کام سے دوسرے کام کی طرف براغیب ہونے سے دماغ تروتازہ اور شگفتہ ہو جاتا ہے اور روح کھنکھانہ زندگی اورتنازگی ملتی ہے۔

سوچ۔ جب ہی اپنی آفس ڈیسک بند کرنا ہوں ہی ہمیشہ اپنے آپ سے کہتا ہوں کہ "زیریں سلسل چلے آ رہے ہیں اور سلسل چلے آئی گئے۔ ان میں سے کسی ایسے غیر مل شدہ مسئلے میں جو میری توجہ کے مستحق ہیں، لیکن اگر میں یہ معاملات ہر شام کو ایسے ساتھ گھڑنے جاؤں اور ان کے متعلق پریشان ہوتا رہوں تو میں اپنی صحت کو تباہ کر لوں گا اور اس کے علاوہ ان سے عہدہ ویرا ہونے کے لئے میری ساری صلاحیتیں بھی فنا ہو جائیں گی۔" پھر انہیں یہیں کیوں چھوڑ دیا جائے؟ اور یہی گھر جا کر سکون سے سو رہتا ہوں۔
اور ڈوسے چار اچھی عاداتوں کا کلاک ہے۔ آپ کو یاد ہے کہ وہ کیا ہیں؟



۲۴۔ طویل زندگی کا راز

انز کوئی میک

یہ کوئی تریسٹ سال سے بیس بال کا پیٹ ور کھلاڑی چکا آ رہا ہوں۔ میں نے سترہ سالہ
کے قریب کھیلنا شروع کیا تھا اور اس وقت مجھے اس کی کوئی تنخواہ نہیں ملتی تھی۔ ہم
خالی ہٹریوں پر کھیلے، مین کے ڈبوں پر ٹھوکریں کھانے اور ٹھوڑا کھاروں کی ٹریس
پہننے۔ جب کیل ختم ہو جاتا، ہم ایک دوسرے سے اپنے اپنی ٹوپیں تبدیل کر کے معام
سے کھدو دیتے۔ یہ چھوٹی کوئی بھینزی میرے لئے خاصا اہمیت کی حامل تھیں۔ کیونکہ اہی
ہوہ ال اور اپنے چھوٹے بس بھائیوں کا میں ہی واحد مسیحا رہا تھا۔ بس اوقات ہلری
نیم کو اسٹامپی یا کھونچے کھا کر اپنا گزارہ چلا کاڑتا تھا۔

میرے پاس پریشان رہنے کے لئے کافی اور معقول وجوہات تھیں۔ میں بیس بال
کا واحد متغیر ہوں جو سترہ سال تک شکست کھاتا رہا ہے۔ میں واحد متغیر ہوں جس
نے ہٹس کیلکس ہاری ہیں۔ چند سکسٹوں کے بعد میں اس قدر پریشان ہونے لگا کہ نہ
تو جمعے کچھ کھایا پیا جاتا اور نہ مجھے خیریت آتی۔ لیکن پچیس سال ہونے میں پریشان
سے آرا ہو چکا ہوں۔ اور میرا ویاہر اندازاً بیس سال کے آگے وقت میں نے پریشان

لے BASE BALL راؤڈ ٹو کا اس سے پیچیدہ کھیل جو یا تہائے مقدمہ امریکی رائج ہے

ہونے کا مدینہ کھنڈا ہوتا تو میں آج سے بہت عرصہ پہلے قبر میں آرام کر رہا ہوتا۔
جب میں اپنی طویل زندگی میں اس وقت پیدا ہوا تھا جب لیکن پریذیڈنٹ تھا اور مجھے
مرکز دیکھتا ہوں مجھے یقین ہو جاتا تھا کہ میں مندرجہ ذیل باتوں پر عمل کر کے پریشائیوں سے غمناک
رہ سکتا ہوں۔

۱۔ میں نے غلطی کی کہ پریشان ہونا طاقت سے کم نہیں اس سے مجھے فائدہ تو کوئی نہیں
چرتا، البتہ میری زندگی ضرور تباہ ہو رہی ہے۔

۲۔ میں نے دیکھا کہ یہ میری صحت کا بیڑا فرق کر رہی ہے۔

۳۔ میں مستقبل کے کھیل کھیلنے کے سلسلے میں سوچنے اور کام کرنے میں اسی معروف ہو گیا
کہ میں جن کھیلوں میں حصہ لے رہا تھا، ان پر پریشان ہونے کے لیے میرے پاس کوئی وقت ہی نہ رہا۔
۴۔ آزاد میں نے یہ اصول بنایا کہ کھیل ختم ہونے کے بعد میں گھنٹوں کے گزرتے سے پہلے
میں کھانا کھاؤں اور اس کی غلطیوں کی طرف متوجہ نہ کرتا۔ ابتدائی زمانے میں کھانا کھانے کے ساتھ
تو قومی میں سے ہاتھ پائی تک نوبت پہنچ جاتی تھی۔ اگر ہمارا ہی ٹیم ہار جاتی تو میرے لیے یہ ناگوار
تھا کہ میں کھانا کھاؤں پر توجہ دیتی نہ کرتا اور ان کی خامیوں پر تلخ نباحیں نہ مارتا۔
میں نے دیکھا کہ اس سے پریشائیوں میں اضافہ ہونے کے سوا اور کچھ نہیں ہوتا۔ اگر دوسروں کے
ساتھ کسی کھانا کھاؤں پر توجہ دیتی نہ جاتے تو وہ بہت بد دل ہو جاتا ہے اور قطعاً دل سے گریز
کر رہ کر ہونے لگتا ہے۔ فی الواقع اس کی تلقین میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ جو مجھے عجیب نہیں بہنا تھا
کہ شکست کے فوراً بعد اپنی زبان پر ظاہر ہو کر پکوں گا۔ جس نے ایسا یہ اصول بنایا کہ شکست
کے میں چھ کھانا کھاؤں سے بھی نہ ملتا۔ اگلے روز تک میں ٹھنڈا پڑ جاتا اور ان کے ساتھ
تسلیم گفتگو کی نوبت نہ آتی۔ اس وقت غلطیاں اتنی بڑی نشر نہ آتی تھیں اور میں سکون اور دل
جی کے ساتھ بات کر سکتا تھا۔ لیکن میں ناراض نہ ہوتے اور اپنی مصلحت کی بجائے کسی کام کی کوشش کرتے
۵۔ میں نے غلطیاں نکال کر اور سخت چینی کے کھانا کھاؤں کو بہت ہمت اور بدلہ کرنے کے

بجائے تعریف و تحسین کر کے ان کو ہر طرف سے ہلانے کی کوشش کی۔ میں ہر ایک سے اچھی طرح اور نرمی سے پیش آنے کی کوشش کرتا تھا۔

۹۔ میں نے دیکھا کہ جب میں قندھار پہنچا تو ایک وقت میں زیادہ بریٹان ہوئے لگتا ہوں۔ چنانچہ میں رات کو دہی گھنے سوئے اور پھر پیر کو قندھار کرنے لگا۔ میرا اندازہ ہے کہ پانچ منٹ کا قندھار بھی کافی سہرا کرنا ہے۔

۱۰۔ میرا یقین ہے کہ ہر وقت کام میں پریشانیوں سے بچنے کا انداز اپنی زندگی کو طویل بنا سکا ہوں۔ میری عمر پچاسی سال کی ہو چکی ہے اور اب بھی تاک میرا رخ نہ ہونے کا کوئی ارادہ نہیں۔ اگر میں نے پھر دہی پر اپنی حرکتیں شروع کر دیں تو یہی کچھ ہوں مجھ کہ میں بوڑھا ہو رہا ہوں۔

کوئی میک پریشانیوں سے بچنے کی کتاب نہیں پڑھی، اُس نے ایسے اصول خود بنائے۔ آپ کیوں نہیں اصولوں کی ایک فہرست بنا لیجے جہاں می کہ آپ اور کھانا آمد ثابت ہوئے ہیں اور انہیں یہاں لکھ لیتے؟

پریشانیوں پر غالب آنے کے طریقے جو میرے لئے مفید ثابت ہوئے۔

۱۔

۲۔

۳۔

۴۔

۲۵۔ ایک وقت میں ایک

از حسان مومر بلر

”مصنف : ذرا اپنے آپ کو دیکھئے“

کئی سال پہلے میں نے دریافت کر لیا تھا کہ اگر ہی اپنی پریشانیوں سے بھلا گئے کئی شہر
کروں گا تو ان سے بچ نہیں سوں گا۔ لیکن اگر میں ان کی طرف اپنی ذہنی رو بہ تبدیل
کروں تو انہیں آسانی سے ختم کر کوں گا۔ مجھے معلوم ہوا کہ میری پریشانیاں میرے ظاہر
پس نہیں بلکہ میرے باطن میں ہیں۔

جوں جوں میری زندگی گزرتی گئی مجھے اندازہ ہوتا گیا کہ وقت خود بخود میری بہت
پریشانیوں کو حل کر دیتا ہے۔ درحقیقت اکثر اوقات میرے لیے یہ یاد رکھنا مشکل ہو
جاتا ہے کہ ایک ہفتہ پہلے میں کس چیز کے متعلق پریشان تھا۔ چنانچہ میں نے یہ اصول بنا لیا ہے
کہ کسی مسئلے پر تین دن گھایا جائے جب تک کہ اسے کم از کم ایک ہفتہ نہ گزر جائے۔
بے شک یہ درست ہے کہ میں ایک ہفتہ تک ایک وقت میں کتنے سو اپنے دماغ سے بالکل ہی
بہیں نکال سکتا لیکن میں اتنا مزور کرتا ہوں کہ اسے غور و معاد کے ختم ہونے تک اپنے دماغ
پر عادی نہیں ہونے دیتا۔ اس وقت تک یا تو مسئلہ حل ہو چکا ہوتا ہے اور یا کچھ کہہ کر دہنی روتی

یہ اس قدر توجہ ایک ہوتی ہے کہ مجھ سے کہتے ہیں کوئی اتنی ریشائی محسوس نہیں ہوتی۔
 اس سلسلے میں مجھے سروریم اور سرے خلیفہ کو پڑھنے سے بڑھ کر مدد ملی ہے۔ سروریم اور
 نہ صرف ایک اعلیٰ درجے کے حبیب ہی تھے بلکہ سب سے بڑے فن — فن حیات —
 کے بھی بے باق تھے۔ ان کے ایک بیان میں نے پیشانیوں سے پہنچے ہیں میری بڑی مدد کی ہے
 انہوں نے ایک ڈنک موقع پر تقرر کرتے ہوئے کہا تھا کہ میری کامیابی کا سب سے بڑی
 وجہ یہ ہے کہ مجھ میں اس قدر خوشی ہے کہ میں آج کے کام کو ترتیب اور پوری ہمت و طاقت
 کے ساتھ سرانجام دے سکوں اور تعقل کو خود اس کے اوپر چھوڑ دیتا ہوں۔

اپنی مشکلات سے بچنے کے لئے میں نے ایک محسوس طے کی جو خبر ہے میں بڑے کر کے دیکھا
 دیا تھا۔ جب کلب کے ممبر دروازے میں سے داخل ہوتے، طوطا بار بار دہی الفاظ
 دہراتا جو اسے سکھائے گئے تھے۔ "ایک وقت میں ایک دوست ایک وقت میں ایک
 تمہارا بھی یہی اصول ہونا چاہیے۔"

والد صاحب نے مجھے مشکلات پر غالب آنے کا طریقہ بتاتے ہوئے کہا: "ایک وقت میں
 ایک دوستو ایک وقت میں ایک میں نے دیکھا ہے کہ اچھی مشکلات سے ایک ایک کر کے
 بچنے سے ضروری فرائض اور فرائض اور غیر فرائض سے وہ میدان فتح سکون
 اور اطمینان بمقام رکھنے میں بڑی مدد ملتا ہے۔ چنانچہ میں ہمیشہ اسی پر عمل کرنے کی کوشش
 کرتا ہوں۔ ایک وقت میں ایک دوستو ایک وقت میں ایک۔"

پیشانیوں پر غالب آنے کا بیان پھر ایک ضابطہ اور اصول بیان کیا گیا ہے۔
 "وہ دن کروں یا نہ کروں، آپ کیوں نہیں پیچھے ہٹ کر اس باب کو دوبارہ پڑھ
 دالتے (دیکھئے صفحہ ۹)"

۲۶۔ سبز روشنی

از جوزف - ایم - کوثر

۱۹۲۲ء مارگو ایونو شے کو رہاؤ نو اس

بچپن سے لے کر بلوغت تک اور دلہ کہیں کے عالم سے جوانی تک میں ایک پیشہ ور
تفکر رہا ہوں، میری پریشانیوں بے شمار اور گونا گوں قسم کی تھیں، لیکن کو حقیقت سے
بھی تعلق تھا اور بعض غرض کی پیداوار تھی۔ مثلاً ذہنی ایسا مٹنے آتا جب میرے سامنے
پریشانیوں کے لئے کوئی چارہ نہ ہوتا۔ اور اس وقت میں اس خوف سے پیش
ہونے لگتا کہ میں کسی چیز کو غفلت انداز کر رہا ہوں

دو سال پہلے میں نے یہ رویہ ترک کر دیا اور ایک نیا طرز زندگی اختیار کر لیا
میں نے عموں کا کچھ اپنی خامیوں اور بڑی بہت خیریں کو بغیر نہ کرنے کی ضرورت سے
جنا پڑیں نے اپنی خوبیوں اور خامیوں کا ایک حقیقی ادراک اور بے وقف اعلیٰ قدرت تیار کر کے اس
سے صاف واضح ہو گیا کہ میری پریشانیوں کی حقیقی وجوہات کیا تھیں۔

حقیقت یہ تھی کہ میں صرف آج کے لئے زندہ نہیں رہ سکتا تھا۔ میں اپنی غلطیوں پر کھڑا
اور مستقبل کے سہم اور بنیام انیشیوں کے متعلق پریشان رہتا تھا۔

مجھے بار بار سمجھایا گیا کہ آج ہی وہ کل نہیں جس کے متعلق یہی کتا بدلتا ہوا تھا۔ لیکن میری سمجھ میں کچھ نہیں آتا تھا۔ مجھے مشورہ دیا گیا کہ اپنی زندگی کے لئے صرف جو ہیں گھنٹوں کا پروگرام بناؤ اور اس پر عمل کرنے کی کوشش کرو۔ مجھے بتایا گیا کہ آج کا دن واحد دن ہے جس پر ہمیں کوئی اختیار حاصل ہے۔ اور یہ کہ ہمیں ہر روز اپنے وقت سے زیادہ سے زیادہ فائدہ اٹھانے کا کوشش کرنی چاہیے؟ مجھے سمجھایا گیا کہ اگر میں نے اس اصول پر عمل کرنے کی کوشش کی تو میں اس قدر مصروف رہوں گا؟ مجھے کبھی اور دن — ماضی یا مستقبل — کے متعلق پریشان ہونے کی ضرورت نہیں رہے گی۔ یہ مشورہ بہت اچھا اور منطقی تھا۔ لیکن مجھے اس قسم کے سخت خیالات اپنے لئے غیر مفید نظر آئے۔

پھر تاریکی میں مجھے ایک غم جو لاتی ہوئی دکھائی دی اور مجھے جواب مل گیا — آپ کے خیال میں یہ جو اب کہاں سے جاہوگا؟ نارٹھ ویسٹرن ریفرے کے ایک پلیٹ فارم پر! ۳۱ مارچ ۱۹۴۵ کو سات بجے ختم، میرے لئے یہ بہت اہم لمحہ تھا۔ یہی وجہ ہے کہ مجھے اچھی طرح یاد ہے۔

۱۔ ہم گاڑی میں چند دسٹوں کو اوداع کئے آئے تھے اور اب گھر جا رہے تھے۔ دو چھوٹا سا کراک ایک بھری جہاز پر واپس جا رہے تھے۔ جنگ ابھی تک جاری تھی اور اس سال گاڑیوں میں بھی قیمت زیادہ تھی، اپنی بوری کے ساتھ گاڑی پر سوار ہونے کی بجائے یہ پلیٹ فارم پر گھومنے لگا۔ میں ایک منٹ کے لئے ٹھہرا ہوا کہ سبب اسٹیشن انجن کی طرف دیکھنے لگا۔ اس میں میری نظری پٹری پر پڑی اور میں نے ایک بہت بڑا اشارہ بردار دیکھ لیا (دیکھا ایک کمراتی روشنی آ رہی تھی۔ فی الفور یہ روشنی بہت جھلکی ہو گئی، اسی وقت انجن نے دھڑ دھڑاؤ میں سب سوار مچاؤ مکانات اشارہ سن۔ چند سیکنڈوں کے اندر سب انجن اپنے جن سوئل کے سٹرک کے لئے حرکت کرنے لگا۔

میرا دماغ اوجھڑی میں مصروف ہو گیا۔ میرے سامنے کوئی چیز واضح ہو رہی تھی۔ یہی

ایک سجنرے کا حجز بہ کر رہا تھا۔ اچانک یہ مجھ پر منکشف ہو گیا۔ اس انجنیر نے مجھے جواب دیا تھا جسے میں تلاش کر رہا تھا۔ وہ اتنے بے سفر پر یون ایک سبز روشنی کے سارے روانہ ہو رہا تھا۔ اگر ہی اس کچھ ہو تا تو میں اپنے سارے سفر کے دوران کو تمام سبز روشنیوں اس کا وقت دیکھتا جاتا، حالانکہ یہ بات ناممکن ہے لیکن اپنی زندگی کے ساتھ میں بالکل سچی کچھ کر رہا تھا۔ میں اسٹیشن پر بیٹھا ہوا تھا میری کوئی منزل نہیں تھی۔ میں کوئی کچھ مجھے بہت دور آگے تھا، میں اسے بھی دیکھنے کی آمنا کی کوشش کر رہا تھا۔

میرے خیالات میں سمجھاؤ پیدا ہونے لگا۔ انجنیر کو ان مشکلات کے متعلق کوئی پریشانی نہیں تھی جن سے میںوں آگے واسطہ پڑنے کا امکان تھا۔ ممکن ہے کہ گاڑی ٹیٹ ہو جائے رفتاریں کی آجائے۔ لیکن اس مقصد کے لئے اس کے پاس مکمل سسٹم نہیں، پھر باقی روشنی۔۔۔ رفتاریں بھی کیجئے اور گاڑی کو آہستہ چلائیے۔ سرخ روشنی۔ آگے فی واقعہ خطرہ ہے، رُک جائیے۔ اسی وجہ سے گاڑی کو سفر زیادہ محفوظ ہوتا ہے ڈبراء اچھا مکمل سسٹم ہے!

میں نے اپنے آپ سے پوچھا: ”تم اپنی زندگی کے لئے کوئی اچھا مکمل سسٹم کیوں نہیں اختیار کر لیتے؟“ میرا جواب تھا: ”ہاں میرے پاس ہے۔ اللہ تعالیٰ نے مجھے یہ مجھے عطا کی ہے۔ یہ اسی کے اختیار میں ہے اس لئے ضرور حاکمِ دُک ہو گا۔ میں ایک سبز روشنی کی تلاش کرنے لگا۔ یہ کہاں سے مل سکتی ہے؟ خوب ذرا خدا جس نے سبز روشنی تخلیق کی ہیں، یہ اسی سے کیوں نہ مانگوں؟ چنانچہ میں نے ایسا ہی کیا۔“

اب میں ہر درجہ کے وقت دعا مانگتا ہوں اور مجھے دن کے لئے سبز روشنی مل جاتی ہے یعنی اوقات مجھے کمر باقی روشنی بھی حاصل ہو جاتی ہے جو میری جبر رفتاریں کو ذرا مدد کر دیتی ہے۔ کبھی کبھار سرخ روشنی بھی نظر آ جاتی ہے جو مجھے بہت آگے بڑھنے سے روکتی ہے۔

دوسالی گزر گئے ہیں اس دن کے بعد کچھ بھی پریشان نہیں ہوتا۔ ان دوسالوں کے دوران میں مجھے سات سو سے زیادہ ہنز روشنی دکھائی دی ہیں اور زندہ گی کا سفر اتنا آسان ہو گیا ہے کہ مجھے کسی قسم کی بدش فی لاحق نہیں ہوتی کہ آئندہ روشنی کا کیا رنگ ہوگا۔ خواہ کوئی رنگ بھی ہو مطلق پر واہ جیس۔ اگر یہی قدم بر اٹھائے جاؤں تو خود بخود معلوم ہو جائے گا۔ کہ مجھے اب کیا کرنا چاہیئے۔

۱۲۔ راک فیلر کی کہانی

جان۔ ڈی۔ راک فیلر بیڑ تینتیس سال کی عمر میں لکھنؤ میں پیدا ہوا تھا۔ بچپن میں ہی اس نے دنیا جی تیل کی سب سے بڑی ادارہ ڈاکینی۔ ٹرینڈر وڈ آف لکھنؤ میں کام کرنا شروع کیا۔ لیکن ۳۰ ویں سال وہ کہاں تھا؟ تین سال کی عمر میں پریشانیوں سے تنہا ہو گیا تھا۔ ان کے اعصاب زدگی کی زندگی اس کی صحت کا پہلے ہی دیوالیہ نکال چکی تھی۔ اس کے ایک سوانح نگار جان۔ کے۔ ولسن کے الفاظ میں "تین سال کی عمر میں وہ ایک مٹی کی مانند نظر آتا تھا۔"

تین سال کی عمر میں ہاتھ اور معدے کی عجیب و غریب اور بڑا سراپا راک فیلر نے راک فیلر پر چڑھ گیا اور بچوں سمیت اس کے سارے بال کا دیسے۔ صرف اس کی مینبروں کی بھی کھیر پاتی رہ گئی تھی۔ اس کی حالت اس قدر خطرناک ہو چکی تھی کہ وہ لنگر لکھتا ہے کہ یہاں راک فیلر اتنی دودھ پر گزارا کرتا ہے کہ اس کے لئے قہور ہو گیا۔ ڈاکٹر ایل کے خیال کے مطابق وہ ایسا پیشہ میں مبتلا ہو گیا تھا جو کچھ بن کی ایک صورت ہے۔ اور اس کی ابتدا غلوٹا اعصاب سے ہوتی ہے۔ جنہی چند رنگی وجہ سے اس کی صورت اس قدر ڈراؤنی ہو جاتی کہ قہور ہو کر وہ کھانا کاسے پیئے لگا۔ بعد ازاں اس نے پانچ سو ڈالر کی دکان بنوائی اور اپنی باقی ساری عمر یہی رہائی دینا ہی مقصد رہا۔

۱۳۔ بیوت زدہ ہوش۔

۷۔ عظیم شہب میں ساک فیلر کی جسمانی بناوٹ آہنی تھی۔ اس نے ایک زراعتی کام
 بعد ازاں کئی محنت آمیز زمینیں اس کے بازو تنہا مندا اس کی کاٹھی مضبوط اور ریدھی
 اس کی کاٹھی محنت کی طرح سخت اور اس کی چال میں بچہ جیالا کی اور بند کی سی پھرتی تھی۔
 لیکن تریس سال کی عمر میں۔ جب کہ اکثر لوگ ابھی تک شباب کا مہلک ٹھہارے
 ہوتے ہیں۔ اس کے کمرے خمیدہ ہو گئے تھے اور اس کی چال میں لڑکھڑاہٹ
 پیدا ہو گئی۔ اسی کا ایک دوسرا سوانح نگار جان بی۔ ٹیلین کہتا ہے۔ جب اس نے اپنے
 بی۔ ایچ۔ صورت دیکھی تو اسے ایک بوڑھا آدمی نظر آیا۔ مسلسل کام، پیہم پریشانیوں، بے
 خواب مدد، مٹی، گھائیوں کی بوچھاڑ، ورزش اور آرام کی عدم موجودگی، اپنا رنگ دکھانے
 لگے، ہنوں نے اس کے جسم کا رنگ نکال لیا تھا اور اسے گھٹنوں پر جھکا دیا۔ وہ اب دنیا کا پیر
 ترین شخص تھا۔ پھر بھی اسے ایسی خود رک پر بسر اوقات کوئی پڑتی تھی جسے ایک گڈ لائے بے نوا
 سمجھ سکتا رہے۔ اس کی ہفتہ وار آمدنی دس لاکھ ڈالر تھی۔ لیکن کچھ وہ کھاتا کیا تھا؟
 معطر دودھ اور چھند بسکٹ۔ ڈاکٹروں نے اسے ہرٹ بھی کھانے کی اجازت دی تھی اس
 کی کھال کا رنگ سنائی ہو چکا تھا اور وہ ایک پرانی چربی پھٹی کی مانند نظر آتی تھی جو اس
 کے ٹیڑوں پر مضبوطی سے کی دی گئی تھی اور طبی مشورے کے سوا اسے دنیا میں کوئی چیز نہ پیا
 سکی، جسے بہتر یہ وہ پے کے عوض خریدنا جاسکتا تھا۔

یہ سب کیسے ہوا؟ پریشانیوں، تفکرات، عداوت، دباؤ اور کشمکش کی زندگی اور
 اعلیٰ تنہا اس چیز کے ذمہ دار تھے۔ پچ پچے تو وہ موت کے آغوش میں پہنچ چکا تھا۔
 جیسے سال کی عمر میں مٹی راک فیلر اتنے آہنی عزم کے ساتھ اپنے غضب اس کے پیچھے لگا
 پڑا تھا کہ اس کے جاننے والوں کے الفاظ میں اچھے سووے کی خبر کے سوا کوئی چیز اس کے
 پیچھے نہ لگا رہ سکتی۔ جب اسے کہیں سے معقول منافع ہوتا۔ تو وہ ایک عجیب

وغیر بہ قسم کا بھگی رفع کرتا۔ اپنی ٹوپی اتار کر فرش پر پھینک دیتا اور البیلا باج
 تاجے لگتا لیکن اگر اسے خسارہ ہوتا وہ بیمار پڑ جاتا، اس نے ایک دفعہ گریہ دیکھیں گے
 راستے چاہیں ہزار ڈالر کا اماع ایک دھانی جہاز پر بیمار بھیجا، اس کا بیٹھیں کر لیا گیا تھا،
 کیونکہ رقم بہت زیادہ تھی، کتنی؟ ایک سو پچاس ڈالر۔ اس رات جمیل ابیری عی غوفناک
 طوفان آیا، ساک فیلر جہاز کے تباہ ہونے کے منتظر اس قدر متروک و ادا پریشان تھا کہ جیسا
 کا شریک کار جارج کارڈنر جمع کے وقت دفتر پہنچ تو اس نے دیکھا کہ ایک فیلر نہایت
 بے قراری سے فرش پر ٹہل رہا ہے۔

”جلدی کرو“ اس نے کانپتی ہوئی آواز میں کہا: ”اگر دیر ہو گئی ہو تو جلد از جلد جہاز
 کا بیمہ کرالو“ کارڈنر شہر کی طرف بھاگا اور بیمہ کر آیا۔ لیکن جب وہ واپس دفتر پہنچا تو اس
 نے ساک فیلر کو پہلے سے بھی بدتر اعضاء حالت میں دیکھا، صحرانہ رز کی عدم موجودگی میں
 ایک تار لایا تھا کہ جہاز ٹنگا لٹا ہو چکا ہے اور طوفان سے بالکل صیغ سلامت نکل آیا ہے
 اس کی حالت بہت خراب ہو چکی تھی کیونکہ انہوں نے ڈیرٹھ سو ڈالر خواہ مخواہ ضائع کر
 دیئے تھے، اور حقیقت اسے اس نقصان عظیم سے الگ قدمہ قدمہ پہنچا کہ وہ شدید بیمار
 ہی بتلا ہو گیا اور اسے گھر جا کر آرام کرنا پڑا۔

ذرا سوچئے، کہ اس وقت اس کی خرم پانچ لاکھ ڈالر سالانہ کمائی تھی۔ پھر بھی اسے
 ڈیرٹھ سو ڈالر ضائع ہونے پر اس قدر صدمہ پہنچا کہ اسے گھر جا کر آرام کرنا پڑا!
 اس کے پاس کھیل کے لئے وقت نہیں تھا۔ آرام و تفریح کھلے وقت نہیں تھا، وہ بیمار
 بننے اور انوار کو سکول میں پڑھانے سے سوا اس کے پاس کسی چیز کے لئے وقت نہیں تھا!
 جب اس کے شریک کار جارج کارڈنر نے تین دوسرے حصہ داروں کے ساتھ مل کر
 دو ہزار ڈالر ایک بلیٹی باڈی مینشی خریدی تو وہ ایک فیلر حیران رہ گیا۔ اس نے اس
 میں باہر جانے اور تفریح کرنے سے انکار کر دیا۔ ایک روز کارڈنر نے اسے پوچھا کہ یہ کون سا

نیں ہم کو کھینچے دیکھا اور اس سے التجار کی کہ جان آؤ ہم ذرا کشتی پر بارگرم آئیں اس سے
 تہوار ہی بھرت کو فائدہ پہنچے گا، اور کاروبار کے متعلق بھول جاؤ، کبھی کبھار نفوذ ملی کا تھریج
 اور ہنسنا مذاق بھی کیا کرو۔ راک فیملی نے اسے قہراً لود نظروں سے دیکھا اور سوٹ کاٹے ہوئے
 جواب دیا۔ "جارج کارڈز میں نے تم ہیبا نفول خرچ کبھی نہیں دیکھا تم جنکوں میں اپنی سارے
 کو بھی نقصان پہنچا رہے ہو اور ساتھ ہی میری ساکھ کو بھی۔ یہ بات یاد رکھو کہ پہلی چیز نہیں
 یہ مظلوم بولے کہ تم ایسا کاروبار تباہ کر رہے ہو، میں تمہاری کشتی پر نہیں جانا چاہتا۔" میں اس
 کی صورت تک دیکھنے کا روادار نہیں! اور وہ سینچر کی ساری سہ پہر شام تک دفتر میں
 بیٹھا گھس گھس کرتا رہا۔

اپنی ساری کاروباری زندگی کے دوران میں یہی خرافات کی محرومی اور تنہا خورگی اس
 کی طبیعت کا خاصہ رہی کچھ سال بعد اس نے کبھی بھی اپنے آپ کو یہ یاد دلانے بغیر اپنا
 سر تنچے پر نہیں رکھا کہ ممکن ہے میری کامیابی عارضی ہو۔

لاکھوں کروڑوں میں کھینے کے باوجود اس نے کبھی بھی اپنے آپ کو یہ یاد دلانے
 بغیر اپنا سر تنچے پر نہیں رکھا کہ ممکن ہے میری کامیابی عارضی ہو۔ میری اس تعجب کی بات ہی کوئی
 سے اس کی محنت کا دیوانہ لگا دیا۔ اس کے پاس کھیل تفریح کے لئے کوئی وقت نہ تھا، وہ
 کبھی تھک نہیں گیا اس نے کبھی ماش نہیں کھلا۔ وہ کبھی کسی پارٹی میں شامل نہیں ہوا اس
 دنیا کے الفاظ میں شخص روپے کئے تھے پاگل ہو چکا تھا۔ ہر اعتبار سے باشعور لیکن
 روپے کے پیچھے پاگل؟

یہ راست آدمی کے ایک قصے کھیل لیڈ میں ایک دفعہ راک فیملی نے اپنے ایک
 بڑے بھائی کے سامنے تسلیم کیا کہ میری بھی خواہش تھی کہ کوئی مجھ سے پیار کرے لیکن وہ اس
 تندرستی مزاج اور سرد دھڑکنا کہ اکثر لوگ اسے ناپسند کرتے تھے۔

مارگن تو ایک دفعہ اس کے رویے سے یادیں ہرگز اس کے ساتھ ہر قسم کا لین دین ہی

بند کرنے کا تھا۔ مجھے یاد دہی پسند نہیں۔ اس نے مجھے جھٹکا کر لیا۔ میں اس کے ساتھ کچھ قسم کا
 ایسی دین نہیں رکھنا چاہتا۔ تاکہ فیروزہ قیصر جھائی اس سے اس قدر نفرت کہ کچھ تھا کہ اس نے
 "خاندانی قطعے" سے اپنے بیوی بچوں کی تعلیمیں تنگ نکال میں میرے خلاف کارروائی کا منصوبہ دار
 بھی۔ اس نے کہا۔ اس زمین میں کبھی آرام نہیں کرے گا۔ جس پر ساک فیروزہ کا قبضہ
 ہو۔ تاکہ فیروزہ کے لازمی اور معادین اس سے مخالف رہتے تھے۔ اور ستم خوروں کی انتہا
 یہ ہے کہ ساک فیروزہ سے ڈرتا تھا۔ اسے ڈرتا تھا کہ وہ دفتر سے باہر جا کر باقی کریں
 گے اور راؤ کو طشت از باہم کر دیں گے۔ اسے انسانی نفرت پر اس قدر عبور رہا
 تھا کہ جب اس نے تیل صاف کرنے والے کارخانے کے ایک مالک کے ساتھ
 ایک دوی سالہ معاہدے پر دستخط کیے تو اس نے اس شخص سے وعدہ لے لیا کہ وہ
 اس کے متعلق کبھی کوئی ایسی بیوی کو بھی نہیں بتائے گا۔ منہ بند رکھو اور مارو بار
 بولا۔ یہ اس کا ماکو تھا۔

پھر جب اس کا عروج نصف انسانی تک پہنچ گیا، اس کے گھر سونا اس طرح بننا چلا
 آ رہا تھا۔ لیمپوں کے چلوؤں سے گرم ہندو یا فاضل رہا ہوا اس کی پراسٹیوٹ دنیا کا بیڑہ
 غرق ہو گیا۔ اس سینئر ڈپٹی کے بیڑے جیو بیڑے کے خلاف کتابیں پر مصنفین کھجے جانے
 لگے اس کے بیڑے کے ساتھ مل کر غصہ کھڑیاں کرنے اور اپنے مخالفین کو بے رحمی سے
 کچلنے کے الزامات لگانے لگے۔

چنلو دنیا کے تیل کے چشموں میں جان رکھ فیروزہ سے دنیا میں سب سے زیادہ نفرت
 کی جاتی تھی جن لوگوں کو اس نے کچلا تھا، انہوں نے اس کا بُت بنا کر اسے تختہ دار پر چھلا
 ان میں سے اکثر اس کی مڑھائی ہوئی گردن کے گرد ستاؤ الگ سے سبب کے درخت
 سے لٹکا دینا چاہتے تھے۔ تلخی اور غصے بھرے ہوئے خطوط اس کے دفتر میں آنے
 لگے جن میں لے قتل کی دھمکیاں دی جاتی تھیں۔ اس کو مافطیس کا ایک دستہ ملازم

سے تعلقات جاگیر دار، اہلکستان کا وہ امیر جس کو لارڈ کا خطاب ملا ہو۔

جس نے اس عالمگیر ہلاکتیر کی تھی۔ وہ اس پر صرف حس گھا سکتی تھی چنانچہ وہ کھتی ہے کہ
 ”جب میں نے جان۔ ڈی۔ راک نیو کیسٹڈ سے سکول کی کلاس کو پڑھاتے دیکھا تو وہ تعجب
 اور اشتیاق سے ان لوگوں کے چہروں کو دیکھ رہا تھا جس کے ار دکر دیکھے تھے —
 میں نے ایک جذبہ عوس کیا جس کی پٹھے امید نہیں تھی۔ اور وقت نے جس کی شدت میں اضافہ
 کر دیا۔ مجھے اس پر رحم آنے لگا۔ میں خوف سے زیادہ کسی خوف ناک سامنے کو نہیں
 جانتی“

جب ڈاکٹروں نے ساک فیلر کی زندگی بچانے کی ذمہ داری قبول کی۔ تو انہوں نے
 اسے تین اصول بتائے جن پر وہ آخری دم تک حرف بحرف عمل کرتا رہا اور وہ اصل مندرجہ
 ذیل ہیں:-

۱۔ فکر و تدبیر سے گریز کیجیے۔ کسی حالت میں بھی کسی چیز کے متعلق پریشان نہ
 ہو جائیے۔

۲۔ اپنے جسم کو آرام پہنچائیے اور کھل ہوا میں کافی دیر تک ہلکی ورزش کیجیے۔
 ۳۔ اپنی خوراک کا خاص خیال رکھیے، جب بھی تھوڑی سی جھوک باقی ہو
 کھانے سے ہاتھ کھینچ لیجیے۔

جان۔ ڈی۔ راک فیلر ان اصولوں پر عمل کرنے لگا اور غالباً انہی نے اس کی جان
 بچائی وہ کام سے سبکدش ہو گیا۔ اس نے گولف کھیلنا سکھا۔ وہ باغبانی میں دلچسپی لینے لگا
 اور اپنے بڑے دوستوں سے ہنسی مذاق کرتے لگا، وہ مختلف قسم کے کھیل کھیلنے اور گیت گائے لگا۔
 لیکن اس نے اس کے علاوہ بھی کچھ کہا۔ ”ادینت کے ایام اور بے خوابی کی راتوں کے دوران میں
 دیکھتا ہوں۔ جان کو سوچنے کا موٹہ ملا، وہ دوسرے لوگوں کے متعلق سوچے لگا اس نے بیوقوفانہ طور پر
 کسی قدر روپیہ کما سکتا ہے۔ اس سے بچائے وہ سوچنے لگا کہ وہ کس قدر روپے کے متعلق
 انسانی مسرت خرید سکتا ہے؟“

مختصر یہ کہ اب ملک فیروز نے ہاتھوں پر یہ تقسیم کرنا شروع کر دیا۔ شروع شروع میں یہ کوئی آسان کام نہ تھا۔ لوگ اس کا رویہ یہی بنے ہوئے بھی بھیجکتے تھے۔ اب اس ایک گرجے کو کچھ روپیہ دیا تو ملک کے مزاروں سے سموم دولت کی صدائیں بلند ہونے لگیں۔ انہیں اس نے تقسیم کا کام جاری رکھا۔ اسے معلوم ہوا کہ جھیل مانڈیگاں کے کنارے ایک چھوٹا سا کھجور کا لکھت مالی مشکلات ہی کو فائدہ ہے۔ اور رکن کی وجہ سے غریب بندہ ہونے والا ہے۔ اس نے بروقت کالج کی مدد کی اور اس پر لاکھوں ڈالر خرچ کر دیے۔ یہی کالج بعد ازاں فرسکو گریجویٹ کی نام سے حرم ہوا۔ اس یونیورسٹی کی شہرت عالمگیر ہے اور امریکہ کی چوتھی بڑی یونیورسٹی شمار کی جاتی ہے۔ اس نے جینیٹوں کی مدد کرنے کی کوشش کی۔ اس نے ٹیکسیک کالج جیسے مشہور اداروں کو روپیہ دیا۔ چھل جارج واشنگٹن کا روکر کے کام کو جاری رکھنے کے لئے عطیات کی سخت ضرورت محسوس کی جاری تھی۔ اس نے ہسٹو ڈورم کا تیار کرنے کے لئے مدد دی جب اس مرض کے ماہر ڈاکٹر جارجس ڈبلیو شلٹز نے کہا کہ اس سینٹر کی دوا ایک شخص کو اس بیماری سے صحت یاب کرنے کے لئے کافی ہے جو جنرل امریکہ کے فخر اُجارتی ہے۔ لیکن سوال یہ ہے کہ پی سی سینٹر کے لئے کون سا سینٹر ملک فیروز نے دیا اس نے اس دوا کو ختم کرنے کے لئے لاکھوں ڈالر پانی کی طرح بہا دیے۔ اتنی فائدہ کم ہانہ بنی امریکی خلیہ کی بھی پھیلی ہوئی لیکن وہ اس سے بھی آگے نکل گیا۔ اس نے ایک عظیم الشان بین الاقوامی ادارہ "ادارہ راک فیروز قائم کیا۔ جس کا مقصد ساری دنیا میں بیماری اور رجائیت کے خلاف جنگ لڑنا تھا۔

پس اس ادارے کا نہایت سکوی سے ذکر کرتا ہوں کیونکہ میری اپنی زندگی خاندان ادارہ راک فیروز کے بہتوں منت ہے۔ مجھے اچھی طرح یاد ہے کہ جب ۱۹۶۲ء میں میں چینی تھا، تو سارا ملک پیچھے کی شکا ہو رہا تھا۔ چینی کسان کھجور کی طرح مر رہے تھے لیکن اس مقامیت صخری کے عین درمیان ہم کسی نہ کسی طرح سکیٹک اور وہاں راک فیروز کی کال

سے Nook worm ایک قسم کی فوٹو کتب بیماری۔

سے چٹک چٹک کر گوانے میں کامیاب ہو گئے۔ یعنی اور بڑی ٹسک کے سب اس سے یہاں مستفید ہو رہے تھے۔ اس وقت پہلی دفعہ مجھے معلوم ہوا کہ راک فیلز کی دولت دنیا کے لئے کیا کچھ کر رہی ہے۔

تیسری جنگ میں ادارہ راک فیلز کی ڈھونڈ سے بھی کہیں مثال نہیں ملتی۔ یہ ایک بھلے لاشی اور فخر جو یہ راک فیلز جانتا تھا کہ دنیا میں بے شمار اچھی ٹھیکریں ہیں جنہیں باخود اور دشمن انسان چلا رہے ہیں مختلف علوم و فنون میں تحقیقات کی جاتی ہیں۔ کالج ٹائم کے جاتے ہیں کسی بیماری کا ٹھکانہ بن کر رہنے کے لئے ڈاکٹر مدد کر رہے ہیں۔ لیکن اکثر اوقات ایسا ہائے کام محض روپے کی کمی کی وجہ سے ادھورا اور کھل رہا جاتا ہے۔ اس نے انسانیت کے ان رہنماؤں کو مدد کرنے کا فیصلہ کیا۔۔۔ انہیں اپنے قبضے میں کرنے کا نہیں بلکہ انہیں مالی مدد دینے کا تاکہ وہ اپنی مدد آپ کر سکیں۔ آج آپ اور میں جان۔ ڈی۔ راک فیلز کے مشکور ہیں کہ اس نے سپین اور ورجنوں دوسری جزائر دریافتوں سے دنیا کو مستفید ہونے کا حق ہم پہنچائے۔ اس کی دولت نے انہیں معروضی وجود میں لانے اور کھینچنے کے لئے مدد دی۔ آپ اس کے مشکور ہیں کیونکہ آپ کے بچے گردن توڑ بیمار ہیں اڑیاں رگڑا رگڑا کر دیکھیں گے وہ مرض جو پہلے پانچ برس سے چار بچوں کو ہلاک کر دیتا تھا۔ اور ہم اس کے مشکور ہیں کہ اس نے تپ و قہار، طیریا، انفلا، آنفرا، خناق اور دوسری بے شمار بیماریوں کا تعلق قلعہ کرنے کے لئے اپنی دولت کا ماتہ کھول دیا۔ جو دنیا کو نساہ کرتی رہی ہیں۔ اور اجماع تک کئے جا رہی ہیں۔

اور پھر راک فیلز کا کیا کیا؟ جب وہ اپنی دولت تقسیم کرنے لگا تو کیا اسے ذہنی سکون مل گیا؟ ہاں آخر کار وہ بالکل مطمئن ہو گیا۔ اگر سنو! کے بعد بھی لوگ سمجھیں کہ وہ سیکرٹری کے چھانت کے تعلق سے رہا ہے۔ میں بند نے کہا تھا۔ تو اس شخص نے غلطی کی۔ راک فیلز خوش تھا اس میں کچھ تبدیلی آئی تھی۔ وہ اب بالکل پریشان نہیں ہوتا تھا۔ صبا اسے اپنی زندگی کی سب سے بڑی شگفتہ کو جہل کرنے کے لئے مجبور کیا گیا تیرہ

حقیقت ہے کہ اسی نے ایک رات کی خینڈ بھی گزارنے سے انکار کر دیا!

اس شکست کا سہ اس وقت سامنا پڑا۔ جب اس کی تعمیر کردہ عظیم الشان کلاؤسٹرن۔ سینڈروڈ آئی۔ کو تارخ میں سب سے بڑا جرمانہ ادا کرنے کا حکم دیا گیا۔ حکومت امریکہ کے دعوے کے مطابق 'سینڈروڈ' ایک اجارہ دار کمپنی تھا جو 'انٹی ٹرسٹ قوانین' کے حکم کے خلاف تھی کرتی تھی۔ یہ جنگ پانچ سال تک جاری رہی، ملک کے بہترین تاجر و دفاتر نے اس مقدمے میں حصہ لیا جسے اس وقت تارخ میں سب سے بڑا عدالتی مقدمہ کہا جاتا تھا لیکن 'سینڈروڈ' اس کو شکست ہوئی۔

جب جسٹس جے ساؤڈاؤنٹین لیدرس نے اپنے فیصلے کا اعلان کیا، اس کے فیصلے کے دیکھوں کو اندیشہ ہوا کہ وہ اسے برداشت نہیں کر سکے گا لیکن وہ نہیں جانتے تھے کہ راک نیلر میں کتنی بڑی تبدیلی آچکی ہے۔

اس شام کو ایک کوئلے نے اسے فون کیا، اور جس قدر ممکن تھا اس نے زم زم ٹریولز میں اس کے ساتھ اس موقع پر بات چیت کی اور پھر متفکر ہو کر کہا: 'مجھے امید ہے کہ آپ کو یہ فیصلہ بے چین نہیں کرے گا، مگر راک نیلر مجھے امید ہے کہ آپ رات کو چھٹی طرح ہو سکیں گے'!

اور پھر ہمارا ایک فیئر اس نے زناٹے سے ٹیلیفون پر جواب دیا: 'مگر جانے'۔
نکلے کیجئے۔ میں رات کو سونا چاہتا ہوں اور آپ کو بھی پریٹن ہونے کی کوئی ضرورت نہیں۔ اچھا شب بخیر!

یہ اس شخص نے الفاظ ہی جو ایک دفعہ محض اس لئے بجا رہ گئے تھے کہ اسے ڈیڑھ سو ڈالر کا قصاص اٹھانا پڑا تھا۔ ہال جان راک نیلر کو اپنے ٹکڑے اپنی پریشانیوں اور اپنی الجھنوں پر غائب آنے کی کافی وقت مل گیا وہ زبانی سال کی عمر میں موت کا عرضی جا رہا تھا لیکن وہ اٹھانے سے سال تک زندہ رہا۔

۲۸۔ نفسی معلومات کا کرشمہ

زبانی - آر - ڈبلیو

مجھے افسوس ہے کہ میں اس کہانی کو فرضی نام سے کھرا نہیں لکھتا لیکن یہ اس قدر ذاتی نوعیت کا حال ہے کہ میرے لئے اپنا نام استعمال کرنا بہت مشکل تھا۔ تاہم طویل تاریخ کے صاحب اس کہانی کی تصدیق کریں گے۔ بارہ سال پہلے میں نے سب سے پہلے یہ اپنی کوسٹائی تھی۔

کچھ چھوڑنے کے بعد مجھے کافی بڑے خنوق ادارے میں ملازمت مل گئی اور پانچ سال بعد اس کمپنی نے مجھے سمندر پار مشرق بعید میں اپنا نمائندہ بن کر بھیج دیا۔ امریکہ سے روائے ہوئے سے ایک ہفتہ پہلے میری ایک لڑکی کے ساتھ شادی ہو گئی میں نے اپنی زندگی میں اتنی پیاری اور خوبصورت لڑکی کبھی نہیں دیکھی تھی لیکن جی ہرن میں ہم دونوں کو سخت مایوسی ہوئی اور ملازمی طرز پر اسے حارے جوانی جزا رہنے تک وہ اس قدر مایوس اور دل شکستہ ہو چکی تھی کہ اگر اسے اپنے دوستوں اور سہیلیوں کا سامنا کرنے اور زندگی کی سب سے زیادہ خوشی خیر جمہور پرکھنے کے اور برائی چاہئے، اس میں اپنی ناکامی کا اعتراف کرنے کا خوف و شرم مان کر نہ ہوتا تو وہ خرد و امریکہ واپس چلی جاتی۔

میں دو بیٹے کر دہ سال مشرق میں رہے، میں اس قدر بے غیور اور غلبین تھا کہ بعض اوقات تو میں خودکشی کرنے کے متعلق سوچنے لگتا۔ پھر ایک روز اتفاق سے میرے ہاتھ ایک

کتاب لکھی جس نے ہر چیز بدل کر رکھ دی۔ یہی جیٹ کتا یوں کا خاٹس رہا ہوں ایک دن
میں مشرق بعید میں اپنے چند امریکی دوستوں سے ملنے گیا۔ وہاں میں ان کی شاد اور لائبریری
دیکھنے لگا۔ چانک میری نظر ایک کتاب پر پڑی جس کا نام تھا "مثنوی شادی" اور ڈاکٹر دین
دینی بلڈ کی تصنیف تھی۔ عنان سے اب معلوم ہوتا تھا کہ کتاب ضرور تبلیغ اور نیکی کا دم بھرنے والی
قسم کی کوئی دستاویز ہوگی لیکن مجھے تجسس کی خاطر اس کے صفحے اُٹھنے پڑے۔ یہ نے دیکھا کہ
بینوالمعاذ براہِ شادی کے جتنی پہلوؤں پر بحث کرتے رہے۔ انداز بیان میں صاف کوئی اختیار
کلی تھی حتیٰ ممکن سببیت اور بازوری ہی سے بالکل اجتناب رہتا گیا تھا۔

اگر کوئی مجھ سے کہتا کہ آپ کو جس پر کوئی کتاب پڑھنی چاہیے تو یہ اسے تو یہی کہے
منزاد سمجھتا پڑھنی چاہیے نہیں صاحب یہ تو خود ایسی کتابیں لکھ سکتے ہوں لیکن میری اپنی
شادی اس قدر المناک ثابت ہوئی تھی کہ کسی نہ کسی طرح میں اس کتاب کو پڑھنے پر آمادہ ہو گیا
چنانچہ میں نے حوصلہ کر کے اپنے میزبان سے پوچھا کہ کیا آپ یہ کتاب مجھے مستعار دے سکتے
ہیں؟ یہ سچے عرصہ کتابوں کا اس کتاب کو پڑھنا میری زندگی کا ایک ہنرمناں واقعہ ثابت
ہوا۔ میری بیوی نے بھی اسے پڑھا۔ اس کتاب نے ایک المناک اور ناکام شادی کو ایک
سرسر بھری اور بابرکت محفل میں تبدیل کر دیا۔ اگر میرے پاس دس لاکھ ڈالر ہوتے
تو میں اس کتاب کے چھاپنے کے حقوق خرید لیتا اور ہزاروں لاکھوں شادی شدہ
جوڑوں میں اس کی کاپیاں مفت تقسیم کر دیتا۔

میں نے ایک دفعہ برحالتاً کہ مختار ماہرِ نبیلٹ ڈاکٹر جان لی۔ ڈاٹن کہتے ہیں کہ یہ
ایک سلمہ حقیقت ہے کہ جنسی زندگی کا اہم ترین موضوع ہے۔ یہ ایک سلمہ حقیقت ہے
کہ مردوں اور عورتوں کا خوشیوں میں رخنہ ڈالنے اور انہیں تباہ کرنے میں اس کا بڑا ہاتھ
پڑتا ہے۔

اگر ڈاکٹر مائیکس پہلے — اور یہ خیالی ہے کہ اگر یہ اس کا بیان مبالغہ آمیز نظر

آتا ہے لیکن اگر بالکل نہیں تو تقریباً ضرورت ہے۔ تو پھر بھاری تہذیب دہر سال جنسی معلومات سے کورے لوگوں کو شادی کرنے اور اپنی شادی شدہ زندگی کی مسرتوں کے تمام مواقع کو تباہ کرنے کی اجازت کیوں دیتی ہے؟

اگر جھاننا چاہتے ہیں کہ بھاری شادی میں خرابی کیا ہے تو میں ڈاکٹر جی. وی ہیلٹن اور کینتھ گودان کی کتاب WHAT IS WRONG WITH MARRIAGE

پڑھیں، چاہئے۔ ڈاکٹر ہیلٹن نے کتاب لکھنے سے پہلے شادی کی خرابیوں کی تحقیقات کرنے میں چار سال گزارے اور وہ کہتا ہے کہ کوئی نا عاقبت اور لاپرواہ ماہر امراض انفس ہی یہ کہہ سکتا ہے کہ اکثر ازدواجی تنازعوں کے سرچشمے جنسی اندم آہنگی میں نہیں ملتے۔ تاہم، اگر جنسی تعلق شش بھٹن ہو تو بہت سے تنازعوں کو نظر انداز کیا جاسکتا ہے جو دوسری مشکلات کے پیداوار ہوتے ہیں۔

مجھے جانتا ہوں کہ یہ بیان درست ہے، مجھے اس کا الٹ کہ تجربہ ہو چکا ہے جس کتاب نے میری ازدواجی زندگی کو تباہ کرنے سے بچایا DR. JAN DE VELDE کی کتاب IDEAL MARRIAGE سے اسی نے اکثر تدبیریوں میں مل سکتی ہے یا کسی کتابوں کی کتاب سے خریدی جاسکتی ہے۔ اگر آپ کسی دولہا یا دہن کو کوئی تحفہ دینا چاہتے ہیں (انہیں کچھ اور دینے کے بجائے یہ کتاب) یہ کتاب دنیا کی تمام چیزوں کی نسبت ان کی مسرتوں میں کہیں زیادہ اضافہ کرے گی۔

نوٹ:۔ اگر آپ کو مثالی شادی نہایت گراں نفاذ آئے، تو ایک دوسری کی سفارش کی سفارش کرتا ہوں۔ اس کتاب A MARRIAGE MANUAL BY DR. HAMNAH AND ABRAHAM STONE

— دہلی کارپوریٹ

۲۹۔ جلد بازی کا نتیجہ

ایڈریل سپین

ڈاکٹر کیل ایڈورٹائز ٹاک ۱۹۸۱ء کی کامورجیاتلڈ رائٹنگی

جھوٹے ہوئے ہیں ہر کام بھاگ بھاگ اور عجلت سے کرنے کا عادی تھائی
 ہر وقت تناہوا رہتا اور کبھی اپنے جسم کو آرام نہ پہنچاتا۔
 یہی ہر روز شام کے وقت اعصابی تھکاوٹ سے پریشان اور تھکا ماندہ
 اپنے کام سے گھر پہنچتا۔ کیوں؟ اس لئے کہ مجھے کبھی نے نہیں بتایا کہ تم اپنا بیڑہ غرق نہ
 رہے ہو، تم سے آہستہ کیوں نہیں چلا جاتا؟ تم سکول اور خانہ (جمع سے کام کیوں نہ لیتے؟)
 میں صبح کے وقت نہایت عجلت کے عالم میں بستر سے اٹھتا، جلدی جلدی ناشتہ
 کر کے، جلدی جلدی حجامت بنانا۔ جلدی جلدی بیڑے پہننا، درموی بیڑے کر کے
 پیچھے جانے، میں ہر کام اسی عجلت سے کرتا تھا گویا اگر میں نے سویرے تک ہیل کو مضبوطی
 سے نہ پکڑ لایا ہوا ہر امور حل نہ گا۔ یہی تیزی سے کام کرتا تھا۔ جلدی سے گھر پہنچتا
 تھا، یہاں تک کہ رات کو سونے میں بھی عجلت کرتا تھا۔
 میں اس قسم کی زندگی بسر کر رہا تھا کہ ایک روز مجھے اعصابی امراض کے

ایک شہر کے آفاق ماہر سے ملنے کا اتفاق ہوا۔ اس نے مجھے بتایا کہ اپنے جسم کو آرام دے
 دوسرا ہے یہ بھی بتا دوں کہ اس نے مجھے آرام کے دہی اصول بتائے ہیں کی اس
 کتاب میں ۲۴ می تشریح کی گئی ہے، اس نے مجھ سے کہا کہ ہر وقت آرام کے لحاظ
 سوچتے رہو خواہ تب کام کر رہے ہوں، موٹر چلا رہے ہوں، کھانا کھا رہے ہوں یا
 سونے کی کوشش کر رہے ہو، اس نے مجھے بتایا کہ تم آہستہ آہستہ خود کشی کی طرف قدم
 بڑھا رہے ہو تم اپنے جسم کو آرام دینے نہیں جانتے۔

اسی وقت سے میں اسل اپنے جسم کو آرام دے سکا ہوں، جب میں رات کو لیٹ گیا
 ہوں، میں اس وقت تک سونے کی کوشش نہیں کرتا جب تک کہ بخوبی طور پر اپنے
 جسم اور سانس کو آرام نہ دے لوں۔ اور اب جب صبح کے وقت میں بیدار ہوتا ہوں
 میرا جسم مکمل آرام کر چکا ہوتا ہے۔ اور یہ ایک فٹری تبدیلی اور ترقی ہے کیونکہ صبح کے
 وقت کھنی کھنیا اور تھکا ہوا ابیدار ہوتا تھا۔ اب جب میں کھانا کھانا ہوں اور موٹر چلتا
 ہوں اپنے جسم کو آرام دیتا ہوں، یہی موٹر چلاتے وقت میں بالکل ہوشیار ہوتا ہوں،
 لیکن اب میں اعضاء کے بجائے دماغ سے موٹر چلاتا ہوں، اپنے جسم کو آرام دینے
 کا سب سے اہم مقام میرا کام ہے دن میں کئی بار میں ہر کام چھوڑ دیتا ہوں اور اپنا
 معائنہ کرتا ہوں کہ میں بالکل آرام سے ہوں یا نہیں۔ جب ٹیلیفون کی گھنٹی بجتی ہے اب
 میں پہلے کی طرح جھپٹنے کی کوشش نہیں کرتا جیسے کہ کوئی مجھے پیٹنے کی کوشش کر رہا ہو اور
 جب کوئی مجھے باتیں کر رہا ہوتا ہے، میرا جسم اس پر سکون ہوتا ہے جیسے کسی نے
 ہونٹے پیچے کا۔

یہ جو ہر زندگی کہیں زیادہ خوش گوار اور مطبوع کے قابل ہے اور یہ
 اعضاء کی تھکا ہوا اور اعضاء پریشانیوں سے بالکل آزاد ہوں۔

۳۰۔ ”معجزہ“

از سرسبز جہاں برگہ

نمبر ۳۹۴ کولوراڈو ایونیو، سینٹ ایبوس دینسٹیڈا

برٹانی نے مجھے مکمل شکست دے دی تھی، میرا ذہن اس قدر پرانگندہ اور پریشان ہو چکا تھا کہ مجھے زندگی میں کوئی قطع نظر نہیں آتا تھا، میرے اعضاء اس قدر تڑپتے ہوئے تھے کہ نہ تو رات کو مجھے نیند آتی اور نہ دن کو چپن چلتا۔ میرے تین نوجوان بچے مجھ سے بہت دور اپنے رشتہ داروں کے ساتھ بصری اوقات کو رہے تھے، میرا شوہر ابھی بھی نوے سے سکھ رہا تھا اور وہ کسی دوسرے بھرتی وکالت کرنے کا کوشش کر رہا تھا۔ ایک زمانہ بعد جنگ کی ساری غیر یقینیاں بے اطمینانیاں اور غم مخمخانات محسوس کر رہا تھی۔ میں اپنے شوہر کے ذریعہ معاش اپنے بچوں کی خوش باش، ارٹل مگر بلورنگی کے فطری حق اور خود اپنی زندگی کے لیے خطرہ بنی ہوئی تھی میرے شوہر کو کوئی مکان نہ مل سکا اور اس کا دوا بدل صرف یہ تھا کہ لیا مکان تعمیر کیا جائے۔ ہر چیز میرے ٹھیک ہونے پر منحصر تھی جتنا زیادہ میں اس کا احساس کرتی ہی اتنی ہی زیادہ کوشش کرتی اور اتنا ہی زیادہ مجھے ناکامی کا خوف دامنگیر ہوتا۔ پھر یہی ہر ذمہ داری کے احساس سے

ٹھہر نے تھی۔ مجھے اپنے اوپر کوئی اختیار نہ رہا تھا۔ یہی غصوں کرنے لگی کہ میری زندگی سراسر
ناکام محض رہے۔

جب چاروں طرف تاریکی چھا گئی، ہول بھی اور سہیبا سے اس سے بھی زیادہ
لیٹا تھی، میری امی نے میرے لئے وہ کچھ کیا جسے میں سمجھ نہیں بھلا سکوں گی۔ اور جس کی میں
ہمیشہ ممنون احسان رہوں گی۔ اسی نے مجھے مقابلہ کرنے کے لئے اُجیارا اُسی نے مجھے
لعن طعن کی کہیں اپنے اعصاب اور اپنے ذہن کو اپنے اختیار سے باہر کر دی ہوں اور
خود ان کی طبعیت ہونا جاری ہوں اس نے مجھے لٹکارا کہ مجھے بستر سے باہر نکالنا چاہے اور
جو کچھ سامنے آئے اس کا مقابلہ کرنا چاہئے۔ اس نے کہا کہ میں حالات کے زیرِ نگین ہوتی
جاری ہوں۔ زندگی کا سامنا کرنے کی بجائے اس سے ڈر رہی ہوں، زندگی کو بستر کرنے
کے بجائے اس سے بھاگ رہی ہوں۔

چنانچہ میں نے اسی دن سے مقابلہ شروع کر دیا۔ اسی ایک صفت کے اختتام پر
میں نے اپنے والدین سے کہا کہ وہ اپنے گھر جا سکے ہیں، کیونکہ میں اپنے دشمن پر غالب آ
رہی تھی اور میں نے وہ کچھ کیا جو اس وقت ناممکن معلوم ہوتا تھا۔ اپنے دو چھوٹے بچوں کا
خیال رکھنے کے لئے تنہا رہتی تھی۔ میں خوب اچھی طرح سمجھتی۔ خوب اچھی طرح کھانے
پینے لگی اور میرے حوصلے بلند ہونے لگے۔ ایک ہفتہ بعد جب وہ دوبارہ مجھ سے ملے
آئے تو اس وقت میں اپنے کپڑے استری کر رہی تھی، وہ بہت خوش ہوئے، مجھے اپنی
حالت کے بہتر ہونے کا احساس تھا کیونکہ میں حالات کے خلاف ڈٹ گئی تھی۔ وہ بہت
خوش ہوئے، مجھے اپنی حالت کے بہتر ہونے کا احساس تھا کیونکہ میں حالات کے خلاف ڈٹ گئی تھی
اور میری جیت بڑھ گئی۔ میں اس سبق کو کبھی نہیں بھولوں گی..... اگر کوئی صورت حال قابل
تسمیہ نظر آتی ہو تو اس کا سامنا کیجئے، مقابلہ کیجئے، شکست مت قبول کیجئے! اُ
اس وقت سے میں نے اپنے آپ کو کام کرنے کے لئے مجبور کیا اور ڈنڈہ رکام کرنے

مٹی آؤ کار میں نے اپنے سر سے بچوں کو بلا لیا اور اپنے شوہر کے ساتھ نئے مکان میں رہنے کے لئے چلی گئی۔ میں نے بتیہ کر لیا کہ میں اپنے بچوں کی معبود طائر خوش باش ماں بننے کی پوری کوشش کروں گی۔ میں اپنے گھر، اپنے بچوں، اپنے شوہر کی بہبودی کے متعلق تجویزی سرچنے مٹی غرضیکہ میں نے اپنے شوہر چیز کے متعلق تجاویز سوچیں۔ میں اس قدر معروف ہو گئی کہ اپنے متعلق کچھ سوچنے کے لئے میرے پاس وقت ہی نہ رہا اور اس وقت حقیقی معجزہ ظہور پذیر ہوا۔

میں روز بروز معبود اور توانا ہونے لگی۔ میں ہر روز اگلے دن کے لئے منصوبے بنانے، زندگی کا کٹھن اٹھانے اور اچھا بننے کا خوشی سے لبریز ہو کر بیدار ہونے لگی۔ اگرچہ اس کے بعد بھی کبھی کبھی مایوسی اور تاریکی کے ایام آتے رہے، خاص طور پر اس وقت جب میں تھک جاتی تھی۔ میں اپنے آپ سے کہتی، کہ ایسے متعلق سرچو اور ان دنوں کو یاد کرنے کی کوشش مت کرو۔ اور آہستہ آہستہ وہ کم ہوتے گئے اور پھر بالکل معلوم ہو گئے۔

اب ایک سال گزر چکا ہے، اور میں ایک خوش باش اور کامیاب شوہر اور ایک خوبصورت گھر کی مالک ہوں۔ یہاں میں سولہ سو گھنٹے روزانہ کام کر سکتی ہوں۔ میرے تین تندرست اور خوبصورت بچے ہیں۔ اور میرے اپنے لئے دائمی سکون ہے!

۳۱۔ حقائق سے گزیر

انڈینک مولف اور

مہنگی کا نامور ڈرامہ نویس

”کام بہترین خواب اور دہلیہ“

پورے پچاس سال ہوئے، میرے والد صاحب نے مجھے بے چند الفاظ کہے تھے
میں نے ہمیشہ انہیں کہے سہارے اپنی زندگی بسر کی — وہ طیب تھے۔ یہ ابھی
ابھی بوڑھا پسٹ ہوئی تھی میں قانون کی تعلیم حاصل کرنے لے داخل ہوا تھا۔ میں ایک
امتحان میں نابل ہو گیا۔ میں نے اس قدر محنت محسوس کی کہ کلاس میں آتے ہوئے مجھے
ڈراتا تھا۔ چنانچہ میں نے ناکامی کی عزیز ترین سہیلی شراب کی آغوش میں پناہ ڈھونڈنے
کی کوشش کی۔

اچانک میرے والد صاحب غیر متوقع طور پر میرے سر پر اکھڑے ہوئے۔ ایک اچھے
ڈاکٹر کی طرح وہ ایک سیکنڈ میں برقی اور پریشانی دونوں کی دھمکتا ہوا آنکھ لگے۔ میں نے
اعتراف کر لیا کہ میں حقیقت سے کیوں گریز کرنا چاہتا تھا۔

محبوب مہتران نے اسی وقت وہی فی البدیہہ نسخہ تجویز کر دیا۔ اسٹوں نے پیر
 سامنے تشریح کر کے بتایا کہ شراب یا خواب اور گویوں میں غشیقی بناوہ نہیں ملتی کبھی قسم
 کی پریشانی اور افوس کے لئے صرف ایک دوا ہے اور یہ دنیا کی تمام مسکرات کی
 نسبت کہیں بہتر اور قابل اعتناء ہے۔ اس کا نام کام ہے۔

میرے والد صاحب نے کس قدر درست کہا تھا! ممکن ہے کہ کام کا نادہی ہونا شک
 کام ہو لیکن وہ بابت میاں کامیاب ہو جاتے ہیں۔ بے شک اس میں تمام مسکرات اور
 خواب اور دواؤں کے اوصاف ہوتے ہیں۔ یہ ایک دفعہ جہلم یا بدیر یہ حادثہ بن
 جائے تو اپنے آپ کو اس سے بچھڑانا ناممکن ہو جاتا ہے۔ میں پچاس سال سے اس عادت
 میں گرفتار ہوں اور آج تک اس چھپانہ چھڑا رہا۔

(مصنف کا ایک کتاب سے اقتباس)

۳۳۔ نیا اسلوب

ان کا حقین دل کو سب فارم

شیریں آفس مو بائی (۱۱۱)

تین چھینے ہوئے ہیں اس قدر پریشان اور متفکر تھا کہ میں چار دن رات مطلق نہ سو سکا اور اٹھارہ روز تک خوراک کا ایک ذرہ تک میرے منہ میں نہ جا سکا۔ کھانے کی بوسے بھی مجھے شدید نفرت ہو گئی تھی مجھے انجانا نہیں ملے جس سے میں اپنے دماغی کرب کے اظہار کر سکوں جو مجھے برداشت کرنے پڑا۔ جیسے نہیں سمجھتا کہ دوزخ میں بھی اس سے بدتر آذیتیں ہونگی جنہیں کہ مجھے برداشت کرنی پڑی۔ یہ عموماً کہہ سکتا ہوں کہ یہ جادو کا یا ہر جادو کا۔ میری زندگی کا موڑ اس روز آیا جب مجھے اس کتاب کا ایک پیشگی جلد دی گئی، پچھلے تین ہفتوں کے دوران میں میں عملاً اسی کتاب کے سہارے زندہ رہا ہوں۔ میں اس کا ہر صفحہ پڑھتا ہوں اور زندگی کا کوئی نیا اسلوب دریافت کرنے کی انتہائی کوشش کرتا ہوں، میرے ذہنی نقطہ نظر اور جذباتی توازن میں جو تبدیلی پیدا ہوئی ہے۔ وہ تقریباً ناقابل یقین ہے۔ اب میں ہرگز گزرنے والے دن کی جگہوں کو برداشت کرنے کے قابل ہو گیا ہوں۔ اب مجھے محسوس ہوتا ہے کہ میں اس آج کے مسائل کی وجہ سے غم یا گلی نہیں ہوتا جا رہا تھا بلکہ اس کی وجہ یہ تھی

کہیں گورے ہوئے گل کے متعلق تلخی اور پریشانی میں مبتلا رہتا تھا یا مستقبل کے متعلق غیر سہم اور بے نام اندیشوں میں گرفتار۔

لیکن اب جب مجھے کسی چیز کے متعلق پریشانی ہوتی ہے میں فوراً رُک جاتا ہوں اور ان اصولوں کا اطلاق کرنے کی کوشش کرتا ہوں۔ جو میں نے اس کتاب میں پڑھے ہیں۔ اگر مجھے کسی چیز کے متعلق گھبراہٹ ہوتی ہے جو آج ہی ہو جانی چاہیے، تو میں فوراً معرّف ہو جاتا ہوں۔ اسے فی الفور ختم کر دیتا ہوں، پھر اپنے ذہن سے نکال دیتا ہوں۔ جب سمجھ میں اس قسم کے مسائل سے دوچار رہتا ہوں جو کسی زمانے میں نیم پاگیاں بنائیا کرتے تھے تو میں سکون کے ساتھ ان میں اصولوں کا اطلاق کر کے کوشش کرتا ہوں جو اس کتاب کے باب دوم حصہ اول میں بیان کئے گئے ہیں۔ پہلے میں اپنے آپ سے پوچھتا ہوں کہ حق الامکان بدترین کیا ظہور پذیر ہو سکتا ہے۔ دوسرے میں اسے اپنی طور پر قبول کرنے کی کوشش کرتا ہوں جسے میں قبول کرنے کے لئے پہلے ہی آمادہ ہو چکا ہوتا ہوں۔ اگر ضرورت پڑے تو

اب یہی اپنے آپ کو کسی ایسی چیز کے متعلق پریشان ہوتے دیکھتا ہوں جسے میں تبدیل نہیں کر سکتا اور نہ اسے قبول کرنا چاہتا ہوں۔ میں۔ اور مختصر یہ دعا گو دہرانے لگتا ہوں۔

”خدا نے مجھے چیزوں کو قبول کرنے کی سمجھ عطا کی جنہیں میں نہیں بدل سکتا، جنہیں میں بدل سکتا ہوں، انہیں بدلنے کا حوصلہ دیا، اور دونوں میں امتیاز کرنے کے لئے عقل“۔

جب سے میں نے یہ کتاب پڑھی ہے۔ میں فی الواقع زندگی کے ایک نئے اعظم انسان اسلوب کا تجربہ کر رہا ہوں۔ میں اب پریشانی اور تشویش سے اپنی صحت اور خوشیوں کو تباہ نہیں کرتا۔ اب یہی رات کو نو گھنٹے غم ظہان سے سو سکتا ہوں۔ میں اپنے کھانے سے لطف اٹھاتا ہوں میری آنکھوں سے ایک پردہ اٹھ گیا ہے۔ ایک نیا دروازہ کھل گیا ہے۔ اب یہی

دنیا کے مٹنے کو جو میرے ارد گرد بھلا بھلا ہے دیکھ سکتا ہوں۔ اور اس سے محفوظ ہو سکتا ہوں
اب میں زندگی کے لئے اور ایسی عجیب و غریب دنیا میں رہنے کے استحقاق کے لئے خدا
کا شکر ادا کرتا ہوں۔

کہا میں آپ کو مشورہ دے سکتا ہوں کہ آپ بھی اس کتاب کو اچھی طرح اور
پوری پڑھیے۔ اسے اپنے سر لانے کی بجائے جن حصوں کا آپ کے مسائل پر اطلاق
ہوتا ہے ان کے نئے نشان لگائیے۔ ان کا بار بار مطالعہ کیجئے۔ اور انہیں استعمال
میں لائیے کیونکہ یہ ایسی کتاب نہیں ہے کہ آپ اسے صرف پڑھیں اور بھینک دیں
بلکہ یہ کتاب زندگی بسر کرنے اور صحیح سنوں میں اس سے لطف اندوز ہونے کے
لئے کتاب کی رہنمائی کرتی ہے اور آپ کو زندگی کا ایک نیا اسلوب ایک نیا نادیہ
منجھکا دریا فت کرنے میں مدد دیتا ہے نہ



